Елена Усачёва

Для стильных девчонок

и не только

Настольная книга по жизни

Приложение: советы девочкам от мальчиков. Составила Э. Верник

Эксмо

SHOUT
SHARE
IT

Annotation

Девчонки! Каждая из вас мечтает быть красивой и стильной, стремиться нравиться мальчикам, планирует в будущем стать успешной. Но не каждая знает, как этого всего добиться. Что делать, когда ни подруги, ни даже родители не могут дать верного совета? А вот тут-то на помощь придет эта супер-книга! В ней есть все: ответы на вопросы о том, как стать привлекательной, модной, популярной, как научиться ладить с учителями и бороться со страхами. Здесь есть анкеты, тесты, гадания, рецепты красоты, успеха и, главное, счастья!

- Елена Усачева, Эдуард Веркин
  - Вводное слово
  - Глава не первая и не вторая
  - Эпизод первый
  - Эпизод второй
  - Эпизод третий
  - Эпизод четвертый
  - Эпизод пятый
  - Эпизод шестой
  - Эпизод седьмой
  - Эпизод восьмой
  - Эпизод девятый
  - Эпизод десятый
  - Эпизод одиннадцатый
  - Эпилог
  - Э. Веркин
  - Приложение к приложению, или Немного о мифологии
  - P.S. Отдельный подарок девочкам от автора книги «Для мальчишек и не только…»
  - Список литературы

Елена Усачева, Эдуард Веркин
Для стильных девчонок и не только. Настольная книга по жизни

Посвящается моей сестре Ирине

Вводное слово
О пользе разговоров, или Да здравствует ошибка!

Признаюсь сразу – в детстве я подобных энциклопедий не читала. Вообще с книгами не очень дружила. Всю эту школьную программу, Раскольниковых и Болконских, недолюбливала. Сейчас на балы не ходят и из-за преступлений не убиваются. Никакой правды жизни.

А тут энциклопедия. Толстенная и наверняка занудная книженция, где один текст и никаких картинок. Я маму свою слушалась только по пятницам. Неужели дряхлые писательницы будут меня жизни учить? Я в свои тринадцать лет понимала в жизни гораздо больше, чем эти самые тетки в свои семьдесят.

Прошли те времена. За окном двадцать первый век, да и энциклопедия эта другая. Книжка, что у тебя в руках, не только с картинками, но и с ценными советами. Разочек-другой глянуть не помешает. Да и автору до семидесяти пилить и пилить. Я сама еще многого не знаю. Но что знаю, тем поделюсь. Как справиться с болезнью первой любви, как наладить отношения с друзьями, как закатить вечеринку всем друзьям-приятелям на зависть. И много чего другого полезного.

Книжку эту читать от корки до корки не стоит – толстая она, да и другие занятия поинтересней найдутся. Полистай! Что-нибудь полезное найдешь, и одной «занозой» в голове станет меньше. Может, ты узнаешь, что твоя беда – весьма распространенное явление и справляются с ней люди за один день. А ты уже полгода мучаешься.

Я не буду тебя учить – ты и сама ученая. Поговорим. В споре рождается истина.

Конечно, лучше книжек в любой беде помогают подруги. Они ходячие энциклопедии и верные советчики. Но даже подруги иногда ошибаются.

Во времена туманной юности новости из внешнего мира, куда меня не пускали осторожные родители, мне приносила лучшая подруга Катя. Рассказывала она невероятные вещи. Порой даже не верилось, что так может быть. Других источников информации у меня все равно не было, поэтому приходилось довольствоваться тем, что есть.

Как-то она поведала, что вместе с приятелями сняла настоящий фильм по ее любимой книжке «Графиня де Монсоро»

и что скоро его покажут по телевизору. А в другой раз она пришла и с таинственным блеском в глазах сообщила, что в меня влюбился один из ее друзей, Сашкой зовут, и что по вечерам он мне поет серенады. Я жила на двенадцатом этаже. До моего балкона не то что серенады, птицы не долетали. Подруге я поверила и стала ждать встречи.

Жду до сих пор.

Катя и сейчас приходит ко мне в гости, что-нибудь рассказывает. Мне кажется, небылиц в ее историях не убавилось.

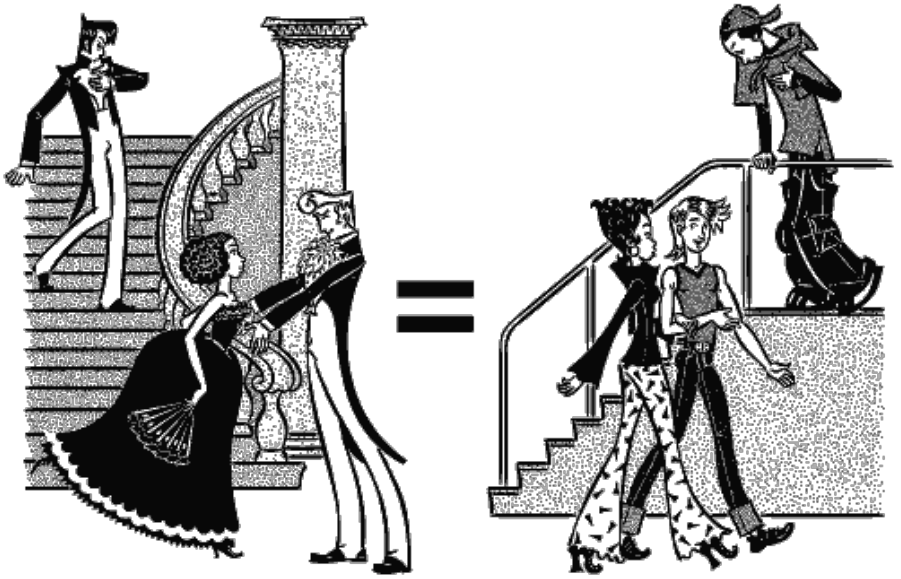
Другая подруга, Танька, любила меня учить уму-разуму. По ее мнению, чайник на плиту я ставила неправильно, улицу переходила не там, и как дожила до своих тринадцати лет – непонятно. Танька давала много дельных советов. Однажды она долго мне пела, как здорово уметь печь блины и что я обязательно должна их приготовить. Уговорила. Вместо похода в магазин за картошкой и привычного пюре на ужин я взялась за жарку блинов. Замесила сразу килограмм муки (что тут мелочиться?). Пыхтела часа два. Блины не получались. Пришла мама, с интересом посмотрела на мои кулинарные изыски, достала из помойного ведра пакет из-под муки. Крупными буквами там было написано «КРАХМАЛ». Больше я блины не жарю.

И какова мораль? Аккуратней надо с советами подруг. Они такого наговорят!

Хотя разговор разговору рознь.

В детстве я обожала подслушивать разговоры взрослых. Со сладким замиранием в душе забиралась в самый темный угол и делала вид, что меня нет. А в это время взрослые, забыв о моем существовании, говорили о самых важных вещах на свете – о погоде, природе, родственниках и других событиях вселенского масштаба.

И тогда я поняла, что главное в нашей жизни – разговоры.



Кому есть дело до Наташи Ростовой, которая любила Андрея Болконского, но собиралась сбежать с Анатолем Куракиным, когда соседская Танька сохнет по Андрюхе с пятого этажа, но упорно гуляет с Толиком, чтобы этому самому Андрюхе насолить.

Встретились, поговорили. Все, энциклопедии отдыхают. Кто чего не знает – все сюда. Объясним, научим. Даже если сами не знаем. Все решать сообща – самое верное дело.

Кто сказал, что умный учится на чужих ошибках, а дурак на своих? Умный ошибок не совершает, но и в природе не встречается. Только если в зоопарке где-нибудь, на Мадагаскаре. Все остальные люди ошибки совершают, ничему не учатся и совершают их заново. Иначе жизнь становится скучной.

Представь жуткую картину. Кругом одни умные. Они переходят через дорогу только на зеленый свет, ботинки у них начищены до блеска, все как один крупные начальники. Бр-р-р.

А когда кругом сплошные ошибки – и поговорить есть о чем, и помочь в каком деле, и разобраться.

Так что – «Да здравствует ошибка!»

Покажите пальцем на того, кто не делал ошибок. Таких нет! Вы думаете, что в детстве совершаются самые страшные ошибки? Глупости. Главные ошибки впереди. Не за того замуж вышла. Не ту профессию выбрала. Не на ту работу устроилась.

Пока же ошибки умозрительные. $2+2=5$, тангенс с котангенсом – это порода змей, пантера относится к отряду грызунов…

Хотя уже встречаются вполне реальные ошибки. Пошла с Колькой на дискотеку – получились слезы и сопли. В следующий раз все равно с ним пойдешь, но будешь уже готова к тому, что

танцевать Колян не умеет, будет только пыхтеть и смотреть в пол. Зато есть тема для разговора.

Информация

Тангенсом угла x называется отношение синуса этого угла к косинусу этого же угла. Котангенсом угла x называется отношение косинуса этого угла к синусу этого же угла. И никакие это не змеи, а тригонометрические функции.

Впрочем, если ты не знаешь, что такое синус и косинус, то и тангенс с котангенсом тебе не нужны.

Ты когда-нибудь видела, чтобы мама готовила новое блюдо по кулинарным книгам? Нет. Рецепт ей дали на работе, она его взяла у соседки или только что на клочке бумаги писала под диктовку подруги.

Разговоры и еще раз разговоры!

И может быть, в следующий раз, прежде чем тащить Коляна на дискотеку, ты спросишь у одноклассницы Ленки, которая живет на одной с Колькой лестничной площадке, умеет ли он танцевать. И заранее откажешься от бредовой идеи появиться перед народом с красавцем Колей, потому что, кроме смазливой физиономии и модной куртки, в нем больше ничего интересного нет.

Считается, что детство – самая беззаботная пора. Не верьте. Это сентиментальные воспоминания родителей и стариков. Детство – сложное время проб и ошибок. Дети самые бесправные, зависимые и унижаемые создания.

Туда не ходи, этого не делай, это не трогай!

А еще надо учиться, слушаться родителей, посещать кружки и вести себя правильно.

Все это НАДО! Но НЕ ХОЧЕТСЯ. И это называется жизнью?

После всего пережитого – первой неудачной любви, двойки по алгебре и сорванного зачета по биологии – вернуться в детство никому не захочется. Спросите у кого угодно: мечтает ли он прожить свою жизнь заново?

Ответ очевиден.

Представь скалолаза. Он ползет по отвесной скале, весь увешанный тяжеленными связками веревок, железными карабинами и другими прибабахами. Ползет он долго, сил уже нет, жизнь у него порой висит на кончиках пальцев. Когда он с трудом доползает до середины, к нему подлетает пара ангелов и

спрашивает: «А послушай, любезный, не желаешь ли ты начать подниматься на эту вершину заново?» Я думаю, после такого вопроса скалолаз добровольно сбросится со скалы, чтобы к нему больше не приставали с подобными глупостями. Ему бы в этот раз долезть!

То же и с детством. Его нужно прожить достойно, чтобы мучиться не сильно, да и не жалеть о чем-то, сделанном не так. Пройдет лет двадцать, и ты будешь с умилением вспоминать, как в жуткий мороз стояла в подъезде, ожидая, когда все тот же Колька пройдет мимо, желательно один, и о чем-нибудь с тобой заговорит. И чем все закончилось? Ты замерзла как цуцик. Когда Колька появился, таща свой рюкзак, а заодно и портфель Ленки, которая живет с ним на одной лестничной клетке, ты была больше похожа на Снегурочку, чем на человека, и не только говорить не могла, но и передвигалась с трудом. Сил хватило только на то, чтобы дойти до своего дома, бухнуться на кровать и проваляться две недели с жуткой простудой.

А поговори заранее с народом, ты бы узнала, что Колька не только танцевать не умеет, но уже давно вздыхает по Ленке, так что шансов у тебя нет никаких.

Эх, молодость, молодость…

Из всего вышесказанного следует, что эту книжку читать стоит. Во-первых, что-то дельное для себя ты здесь все равно найдешь. Например, узнаешь**, Какие девочки больше всего нравятся мальчикам и Как понять себя**. А во-вторых, вездесущие подруги могут быть заняты, им может быть не до тебя, или у них может болеть голова, поэтому к телефону они не подойдут и тем более не выйдут на улицу. А книжка – всегда под рукой или под подушкой. Полистала перед сном, ночью прочитанное переварила и наутро всех сражаешь наповал своей проницательностью и знанием предмета. И тебе польза, и окружающие подтягиваться станут, вот жизнь и изменится.

Бывают запущенные случаи, когда кажется, что все, дальше плыть некуда, финиш. Чтение книги от мрачных мыслей отвлечет, подарит пару недурных мыслей. Потому что финиш будет только через много-много лет. Сейчас идет мягкая разминка, пристрел на будущее.

Пока же есть свобода, которой нужно правильно пользоваться, потому что потом, всего-то через каких-нибудь десять лет, останутся только воспоминания и никакой свободы. И пускай тебе кажется, что твою свободу все только ограничивают. Наоборот, взрослые делают твою жизнь разнообразней. Что бы ты делала без школы, без одноклассников? Где бы ты знакомилась с мальчишками? Не весь же твой класс живет в твоем дворе. Самые

интересные люди приезжают издалека, добираясь до школы на автобусе, а то и на метро.

Выходит, от энциклопедии этой пользы – вагон, надо только уметь ее извлекать.

Этим мы и займемся, будем извлекать пользу из сложившейся ситуации. Даже если ситуация не самая удачная. Даже если ты изгой класса и тебя дразнят Чучелом. Пара-тройка хороших советов, и ты сможешь взглянуть на жизнь по-другому.

Информация

«Чучело» – повесть Владимира Железникова, по мотивам которой Ролан Быков снял одноименный фильм. Главные роли там сыграли Кристина Орбакайте и Юрий Никулин. В фильме девочку Лену Бессольцеву сильно не любят и дразнят Чучелом. Из-за того что класс ее не принимает, девочка совершает много глупых поступков.

Навязываться не будем, уроки делать не заставим. Посидим, поговорим. Пора избавляться от комплексов, выметать всякую дурь из головы и класть на освободившееся место некоторое количество полезной информации. А чтобы наши разговоры не были голословными, я включила в книжку тесты и анкеты. Зная особенность своего характера и темперамента, ты сможешь подобрать подходящие только тебе советы.

Жизнь может измениться к лучшему! Причем прямо сейчас! Прекрати рыдать и берись за дело – читай книжку!

Глава не первая и не вторая И даже не вводная. А так, чтобы познакомиться

Ее можно пропустить, если ты и без нас все про себя знаешь лучше любого психолога. Но кое-что любопытное ты здесь все равно найдешь.

Для начала будем знакомиться. Чтобы понять, что делать, нужно разобраться, кто ты.

Наша беда – постоянные сравнения, эталоны и штампы.

«Горшкова! Как ты учишься! Брала бы пример с Гусевой!»

«Петрова, все в носу ковыряешь? Гайдар в твоем возрасте уже полком командовал!»

Ну, и замечательно. Пусть командует, сколько в него влезет. Нам мальчишечьих забав не надо. Гусева зубрила и зануда, ее до сих пор мама за ручку в школу водит. У Горшковой годовалая сестра всю ночь не спала, и, чтобы мама хотя бы чуть-чуть отдохнула, она эту самую сестру до шести утра укачивала.

А учителя все твердят и твердят: «Не спи, замерзнешь!» Что тут сравнивать?

Информация

Аркадий Гайдар – советский писатель, популярный в середине XX века, автор рассказа «Голубая чашка», повестей «Тимур и его команда», «На графских развалинах», «Школа» и многих других. В Гражданскую войну командовал полком. Погиб в Великую Отечественную войну.

Может, ты мечтаешь перещеголять всех девчонок в классе и похудеть до форм Умы Турман времен ее съемок у Квентина Тарантино в фильме «Убить Билла»? Но природа не подарила тебе изначально осиной талии и высокого роста. Она наградила тебя романтическим строением тела – невысокая и полноватая.

Ну и что? Зато ты веселая хохотушка, от твоих шуток даже стены улыбаются. Ты этого не замечала?

Пришло время узнать о себе все!

На тебя не обращают внимания одноклассники и ты из кожи

вон лезешь, чтобы заработать хоть один благосклонный взгляд? И юбка короткая, и волосы покрашены зелеными перышками, и макияж похож на боевую раскраску ирокезов, и накладные ногти мешают держать в руке ручку – а тебя все не замечают?

Значит, эти приемы не для тебя. Может, не зря тебе дома с книжкой интересней, чем с подружками на дискотеке? Может, пора перестать себя изматывать бессмысленными хождениями в кричаще-слепящий диско-зал?

Было бы хорошо, если твои ответы на тестовые вопросы и выполненные задания оценивала не ты сама, а кто-то другой. Подруга сможет заметить то, что не видишь ты, да и подтасовать факты не получится. Чтобы было все по-честному и без обид, обзаведитесь второй книжкой и выполняйте задания одновременно.

Чур, на результаты не обижаться. Тесты показывают твое состояние на момент выполнения задания. Сегодня ты грустная, завтра веселая. Всякое бывает. Но задуматься все равно стоит…

Анкета «Знакомства»

• Как тебя зовут?

• Сколько тебе лет?

• В каком городе ты живешь?

• Каким животным ты себя представляешь?

• Если бы тебе предложили отправиться в путешествие, куда бы ты отправилась?

• Любишь ли ты читать? Если да, то какая книга была последней?

• Представь, что корабль, на котором ты совершаешь кругосветное путешествие, терпит бедствие и ты попадаешь на необитаемый остров (такое и сегодня бывает). Какие предметы ты возьмешь с собой (поставь цифры в соответствии с важностью): канат, спички, свечу, рыболовные снасти, москитную сетку, фонарик, зеркало, надувной матрас, компас, приспособление для получения воды из воздуха, книгу, аптечку.

• Представь, что ты идешь и неожиданно перед тобой появляется река. Какая она? Широкая или узкая, с бурным течением или тихим, глубокая или мелкая?

• Тебе надо перебраться через эту реку. Как ты это сделаешь? Пойдешь искать мост, попробуешь построить плот, подождешь кого-нибудь, кто сможет тебе помочь,

или отправишься вплавь?

• Ты подходишь к дому. Какой он? Опиши его во всех подробностях, внешний вид, окружение, подход. Как закрыт этот дом? Какой на его двери замок?

• Ты вошла в дом и на столе увидела кувшин. Опиши его. Где он стоит, какой он формы, из чего сделан?

• Возьми лист бумаги, желательно белый и без разлиновки (то есть не в клеточку и не в линеечку). Простым карандашом сделай рисунок человека. Не важно какого. Какой первый представился тебе.

Дрожащей рукой отдай свои ответы подруге и жди, что она тебе скажет. Конечно, лучшая подруга ничего хорошего тебе не скажет. На то она и лучшая. А с другой стороны. Кто, если не она? Правда – вещь всегда полезная.

С именем и возрастом понятно. Это я вписала на всякий случай. Какая анкета без классического Ф.И.О. и даты рождения? Зато книжку никто не стащит, она уже подписана. Название родного города или поселка правильно написано? А то никакой тест на внимание не понадобится, сразу скажу, что ты рассеянная и забывчивая, по русскому за диктанты неизменные трояки получаешь.

Дальше пойдет интересней.

Животное.

Кошка или собака. Вряд ли тритон или скунс. Чаще всего пишут тех животных, что бегают вокруг. А кто у вас по городу бегает? Не обезьяны же.

Если написала **кошку**, значит, ты осторожна и не спешишь действовать. Многие твои обещания остаются на словах, уроки ты будешь делать не спеша, да и за внешностью своей ты следишь.

Если написана **собака**, то ты натура резкая, эмоциональная, можешь совершить поступок, не подумав, особо на слова не тратишься. А уроки если и делаешь, то быстро.

Если ты написала **лошадь**, значит, ты почитываешь Дюма и Сабатини, любишь исторические фильмы, где мушкетеры или рыцари много ездят верхом и дерутся за сердце прекрасной дамы. Ты мечтательна и романтична, а чтобы лучше заснуть, представляешь себе прекрасного принца. Высокий, белокурый, голубоглазый, в красном плаще, высоких ботфортах и на белой лошади… Уроки у тебя идут под настроение, любимые предметы история и литература (если повезло с учителями). Друзей у тебя немного, и в коллектив ты вписываешься с трудом. Уже занялась

верховой ездой? Полезное времяпрепровождение. На свежем воздухе. Да и общение с лошадью только облагораживает.

В списке появились хладнокровные? **Ящерицы, тритоны, гадюки** … Что-то не верится. Есть одна змейка? Хозяйка этой анкеты либо обладает хорошим чувством юмора, либо она о себе слишком хорошего мнения. Гадюка существо сильное и опасное. Чувствуешь себя ядовитым пресмыкающимся? В тебе слишком много раздражения в адрес ребят из твоего класса или твоего окружения, тебя сильно достали родственники и учителя, и ты копишь яд, чтобы в какой-то момент выплеснуть его на попавшихся под руку людей. Но тут надо быть осторожной. Окружающие могут дать отпор, причем такой сильный, что яд пойдет в обратную сторону. Лучше умерить пыл и не экспериментировать. Себе дороже выйдет.

Хищные птицы и звери. Вряд ли написавший хищного зверя девочка. Роль хищника, завоевателя больше подходит мальчишкам. Коршун, волк, тигр… Ты занимаешься борьбой, боксом или каким-нибудь другим видом спорта, где нужны скорость, выносливость и злоба? Тогда понятно, почему появились хищники. В грубом спорте ты чувствуешь себя как рыба в воде. С учебой у тебя явная проблема – не хватает усидчивости. Ты любишь компании, шумные вечеринки и дискотеки – те места, где можно двигаться, выплескивая накопившуюся энергию. Рядом с тобой находиться не всегда безопасно. Особенно тихим «кошкам».

Маленькие зверьки: **хорьки, мышки, кролики, крысы, хомячки, морские свинки**. Грустно, но твоя самооценка явно низковата. Значит, в классе у тебя не все здорово, а вернее, все совсем плохо: либо травят, либо игнорируют. Другая версия – ты учишься в первом-втором классе, и любимый домашний питомец у тебя хомячок.

Не думаю, что среди ответов будут **рыбы**. Но если они появились, значит, ты чувствуешь себя изолированной, эдакой пассивной созерцательницей, оторванной от жизни. Причем ничего хорошего ты от будущего не ждешь. А жаль, жизнь штука переменчивая, и относиться к ней так пренебрежительно не стоит. Ну да будем надеяться, что настроение твое сменится и завтра в этой графе ты уже с уверенностью напишешь какого-нибудь более дружелюбного и общительного зверя.

Насекомых вроде быть не должно. Хотя членистоногие тоже относятся к разряду живых существ. Если все же какой **таракан** завелся, то объяснения смотри в разделе «пресмыкающиеся» и запомни, что мелкие пакости порой оборачиваются большой бедой. **Бабочка** и другие крылатые – в тебе дремлет великий

натуралист, ты внимательна к окружающей действительности, особенно к братьям нашим меньшим. В общении ты скупа, друзей у тебя немного, но в душе ты лелеешь мечту, что и на тебя когда-нибудь обратят внимание, как на красивую бабочку.

Птицы. Легкокрылые ласточки, шустрые зяблики, настойчивые дятлы. Ты человек легкий, веселый, подвижный. Уроки ты делаешь быстро и совершаешь в них массу ошибок. Многое ты схватываешь на лету и так же быстро это многое забываешь. Друзей у тебя достаточно, но ни с кем задушевных бесед ты не ведешь, и, что называется, настоящего друга у тебя нет. Много кому что обещаешь и мало что делаешь. В назидание можно сказать только одно: «Перечитай басню „Стрекоза и муравей“ Ивана Крылова». Там все написано.

Путешествие.

Ты отправилась на **юг, к морю.** Объяснить это можно тем, что за окном зима, Новый год давно прошел, а холода стоят такие, что носа на улицу не высунешь. Тянет погреться на солнышке. В другом случае – своеобразный штамп. Если отдыхать, то на море. Это говорит о том, что ты нормальный человек, хорошо учишься и делаешь то, что делают все. Фантазии в этом ответе маловато, но не все еще потеряно.

Кругосветное путешествие. Жюль Верн действительно писал неплохие книги. История и география у тебя идут хорошо. По крайней мере мир для тебя не плоский, а круглый, Африку от Австралии ты отличаешь, остров Святой Елены ищешь в Атлантическом океане и пингвинов с белыми медведями в одной части света не селишь. Ты романтична и мечтательна и порой ставишь себя чуть выше одноклассников.

Информация

Жюль Верн – писатель, автор популярных приключенческих романов «Дети капитана Гранта», «Пятнадцатилетний капитан», «20 000 лье под водой», «Таинственный остров». Жил в XIX веке.

Остров Святой Елены интересен тем, что на него сослали императора Наполеона после его поражения под Ватерлоо. Находится он в Атлантическом океане.

Северный полюс. Привет, пацан! Если заполняет не мальчишка, то ты парень в юбке. Правда, про юбку ты уже давно забыла, предпочитая рваные джинсы всем бальным платьям мира.

Твоя стихия заборы, подвалы и деревья. На физкультуре пытаешься соревноваться с мальчишками – как итог, насмешки девчонок и явная нелюбовь парней (пока мальчишек твои успехи не восхищают, а вызывают раздражение). Северный полюс – еще одна попытка доказать окружающим, что ты не сопливая девчонка, а много на что способный человек. К учебе ты относишься равнодушно. Характер у тебя ломкий. Тебя часто бросает из крайности в крайность. Прислушиваться к чужим советам ты не станешь, мы их и давать не будем. Учти только, что на Северном полюсе очень холодно, без подготовки и пяти минут на улице не продержишься.

Африка. Помнишь стишок? «Маленькие дети, ни за что на свете не ходите в Африку, в Африку гулять…» В Африке, наверное, хорошо. Правда, художественная литература утверждает обратное. Пятнадцатилетний капитан Дик Сенд на шхуне «Пилигрим» направлялся в Америку, попал в Африку и чуть не погиб. Танечку с Ванечкой из сказки Чуковского в Африке злой Бармалей чуть не скушал. Но все равно на этом материке побывать жаждут романтики и мечтатели, поклонники телепрограмм, где рассказывают о диком животном мире, могучих львах и длинношеих жирафах. Любимые предметы у тебя биология, география, химия. Ты человек домашний и покладистый, с уроками у тебя все хорошо, да и с родителями в конфликты ты не вступаешь.

Информация

Дик Сенд – герой романа Жюля Верна «Пятнадцатилетний капитан». На шхуне «Пилигрим» в звании младшего матроса он направлялся в Америку. После гибели капитана Дик берет командование на себя. Но из-за происков врагов, сломавших корабельный компас, шхуна терпит крушение у берегов Африки, где всех пассажиров забирают в плен и пытаются продать в рабство.

Еще один вариант – **Америка**, а точнее **США**. Тебе нужно меньше слушать разговоры взрослых. Видимо, тема поездки в США или, того хуже, переезда туда на постоянное жительство возникает в разговорах твоих родичей довольно часто. **Страны Европы** тоже сюда относятся. Твоя семья собирается на отдых? Безостановочно обсуждают планы будущей поездки? Остается надеяться, что тебя они возьмут с собой – тогда незабываемое

путешествие тебе обеспечено. Как говорится, съезди и начни мечтать о чем-то более возвышенном. Еще мечтают о **Лондоне** или **Берлине**, когда в спецшколе полгода мучают тему «Лондон – столица Великобритании», «Берлин – столица Федеративной Республики Германия». Что же – твоей мечте суждено сбыться. Люди, *хорошо* знающие язык, часто ездят на стажировку или находят работу, связанную с поездками. Причина выбора места путешествия – изучаемый язык? Про тебя мало что можно сказать. Вряд ли ты мечтатель и фантазер. Скорее труженица и примерная девочка, любишь родителей и не смотришь телевизор допоздна.

В **Париж** мечтают поехать поклонники Дюма, Гюго и Мориса Дрюона. Советую не путать книгу с жизнью. Настоящий Париж может разочаровать. Бьюсь об заклад, что ты уже придумала пару продолжений романов «Королева Марго» (главные герои де Ла Моль и Кокканас не погибают под топором палача) и «Графиня де Монсоро» (де Бюси не умирает на последней дуэли, а долго и счастливо живет со своей Дианой где-нибудь подальше от королевского двора). Виконт де Бражелон не лезет от несчастной любви под пули, и его отец, прославленный Атос, нянчит внуков. Портос не погибает под тяжестью огромного камня, а Д'Артаньян не только дослуживается до звания маршала, но и еще пару раз спасает своего короля.

Хорошо учиться для тебя не обязательное условие. Читать под партой «постороннюю» литературу, как ее любят именовать учителя, интересней, чем разбираться в замороченных физических формулах. Неплохая фантазия часто спасает тебя в самых безвыходных ситуациях – если не знаешь сюжета романа в стихах «Евгений Онегин», его можно и придумать. А на письменном экзамене по литературе всегда есть вольная тема, где знание предмета не обязательно, достаточно уметь хорошо и внятно излагать мысли.

Информация

Александр Дюма, Морис Дрюон и Виктор Гюго – французские писатели-романисты. Александр Дюма писал псевдоисторические романы разных эпох. Славился тем, что частенько убивал своих главных героев. Роман «Королева Марго» заканчивается смертью де Ла Моля и Кокканаса. «Графиня де Монсоро» завершается кровавой резней, где гибнет несколько человек, красавца де Бюси зверски убивают на несколько

сцен раньше. О том, что мушкетерский цикл завершается смертью почти всех героев, тебе, я думаю, уже известно. Виконт де Бражелон, сын Атоса, гибнет от неразделенной любви к Луизе де Лавальет, ставшей любовницей короля Людовика XIV.

Еще можно отправиться в путешествие **к бабушке в деревню** или **к друзьям на дачу**. Тоже недурное место. Могу только заметить, что с фантазией у тебя плоховато. Ты тихая примерная девочка, стараешься угодить родителям (что неплохо) и особо их не расстраиваешь. Летом вместе с родными ты ездишь на дачу и никуда больше. И даже не разрешаешь себе думать о чем-то другом. Поверь, в мечтах можно отправиться на Луну или на Марс. А дерзкое предложение родственникам, чтобы вы летом отправились не на дачу, а в какую-нибудь противоположную сторону, может закончиться неожиданно. Вы поедете в ближайший санаторий, в поход на Байкал или посетите развалины Акрополя в Греции.

Кстати, о **Марсе и Луне**. У тебя такой ответ? Поздравляю! Конец учебного года, ты чертовски устала и хочешь послать учителей и родителей на все четыре стороны? Это пройдет. Цинизм и пофигизм не лучшие качества для девочки. Будь проще, и люди к тебе потянутся. В таком же виде будешь только ворон отпугивать. Пофигизм вещь заразительная. Сегодня один. Завтра весь класс. Да вы от тоски скоро взвоете и передеретесь.

Твое равнодушие ко всему – наносное. Четырнадцать лет – не время для всепоглощающей тоски. Есть, есть то, что тебя цепляет. Не мальчик ли из десятого класса?

Информация

Цинизм – пренебрежение к нормам общественной морали и нравственности, наглость, бесстыдство.

Книги.

Раз ты не поленилась дочитать до этой страницы, то книги ты читаешь, и не только по программе.

Чтение – неплохое занятие, развивает память, шевелит фантазию, позволяет путешествовать по всему миру, не вставая со стула, время занимает. Умение читать тебе пригодится после школы. Это сейчас учителя все тебе разжевывают и в рот кладут. Из учебников ты только задачки списываешь. А как поступишь с институт, то все тебе придется читать самой и за ночь перед

экзаменом не одну книгу изучить, а штуки три-четыре.

Но это я отвлеклась. Итак, книги.

Ты **не читаешь и читать не собираешься**. В твоем возрасте это обыкновенное явление. Редко когда уроки литературы оставляют приятные воспоминания и желание на досуге вспомнить содержание повести «Муму» или «Капитанской дочки». Что о тебе можно сказать? Что ты теряешь время около телевизора и вряд ли занимаешься спортом. Что общение с приятелями для тебя самое важное занятие на свете. Что школа – это голгофа, которую нужно отсидеть от звонка до звонка – и скорее мчаться на улицу, к любимому телевизору или за компьютер. Книжку эту тебе подсунула подруга, и ты ее листаешь в ожидании, когда математичка перестанет зудеть о синусах и косинусах. Ну что же, кому-то тоже надо убирать улицы, работать в парикмахерских и стоять за прилавком. Работа хорошая, но шанс добиться чего-то стоящего в таких случаях стремительно уменьшается.

Приключения и фантастика. Нормальное чтение для нормального человека. Ты вполне домашний человек, у тебя неплохие отношения с родителями, и особых хлопот ты им не доставляешь. Может быть и другой вариант – дома у тебя полный бардак, и, чтобы не видеть всего этого, ты забираешься с книгой в самый дальний угол и отправляешься в путешествие по долинам Франции или бороздишь просторы Северного Ледовитого океана. В этом случае ты вспыльчива и не любишь, чтобы тебя отвлекали. Школа идет у тебя вторым, а то и десятым планом, в попытке уйти от домашнего беспредела тебя заносит то в секцию по плаванию, то в художественную школу, то в конно-спортивный клуб. Ты мечтаешь улететь на Луну или еще куда-нибудь, лишь бы подальше от родного дома. Ты часто перечитываешь одни и те же книги – неизвестное новое может и не понравиться, что вызовет дополнительные расстройства, а старые добрые мушкетеры или капитан Блад никаких разочарований не принесут.

Детективы. Скорее мальчиковое чтение, так же как и боевики. Если у тебя под подушкой ночует Маринина или Незнанский, то у тебя неплохо с техническими предметами – математикой и физикой. Вряд ли ты любишь литературу – уж слишком там все сентиментально, все эти «бедные лизы», несчастные татьяны и замученные крестьянки. Характер у тебя жестковат для девочки. Но для будущего такой подход к жизни скорее плюс, чем минус.

Информация

Писательница Александра Маринина работала в

органах внутренних дел, полковник запаса, сейчас автор нашумевших детективов. Ее самый популярный герой – Анастасия Каменская.

Фридрих Незнанский – создатель многочисленных детективных романов, автор книги «Марш Турецкого».

Сказки. Неплохое чтение даже для тринадцатилетнего человека. Сказки хорошо развивают воображение и позволяют раздвинуть границы возможного. Как и фантастика. Если ты и в тринадцать читаешь сказки, значит, ты домашнее существо, на уроках не высовываешься, по всем предметам у тебя более-менее ровно. Особых мечтаний у тебя нет. В науке это называется «позднее развитие», а по-простому – в свое время все наверстаешь. Чтение сказок может быть связано с маленькими братьями и сестрами. Начала читать для них вслух и втянулась.

Научная литература и энциклопедии. Опять же больше свойственно мальчишкам. Бывают такие везунчики – с пеленок знают, что будут химиком, физиком или естествоиспытателем. Дома у него химическая лаборатория, папа выписывает журнал «Химия и жизнь», а экзаменационные билеты на химфак МГУ щелкаются как орешки. Встречаются такие уникумы и среди девчонок. Известный математик Софья Ковалевская с детства поражала родителей своими математическими изысканиями. Говорить что-либо про тебя бесполезно – ты и так все про себя знаешь. Вокруг слишком много всего интересного, чтобы отвлекаться на пустяки. К тому же учебник по высшей математике еще не дочитан. Остается надеяться, что ты не разочаруешься в выбранном пути.

Кораблекрушение.

Вопрос на внимание и фантазию. Интересно, как ты представила тот самый корабль, на котором ты совершала свое кругосветное путешествие? Это трехмачтовый бриг времен Наполеона? Или одинокий ялик северных поморов? А может, лайнер наподобие «Титаника»? А может, это была подводная лодка «Наутилус»?

Информация

«Титаник» – печально известный лайнер, считался самым большим в Атлантическом океане. Утонул в апреле 1912 года, столкнувшись с айсбергом.

«Наутилус» – подводная лодка капитана Немо, героя

романов Жюля Верна «Таинственный остров» и «20 000 лье под водой».

Путешествие мы совершаем в наше время, значит, ялик с бригом отпадают. На подводную лодку тебя вряд ли пустят. Если она затонет, то, что бери сачки и снасти, что не бери, тебе уже ничего не поможет.

Плыли мы на новомодном лайнере. Если корабль идет ко дну, то при современном уровне техники он успевает подать сигнал бедствия и к месту крушения уже через минуту спешат спасатели. Выходит, на необитаемом острове тебе надо продержаться всего несколько часов. Твоя задача не пропустить вертолет или катер, вышедший на помощь.

В первую очередь берем зеркало, чтобы пускать солнечных зайчиков, спички для разведения костра и фонарик, чтобы светить в темноте. Неплохо бы прихватить аптечку для оказания срочной медицинской помощи. Остальное – рыболовные снасти и канат для постройки дома – тебе не понадобится.

Ты была **близка к правильным ответам**, путешествовала на трехпалубном судне и спасалась налегке с зеркалом в кармане, значит, у тебя конкретное мышление, ты не разменяешься по пустякам и умеешь слышать, что тебе говорят. На любом тихоокеанском лайнере ты будешь незаменимым человеком, а также в полярных льдах и в знойной пустыне.

Твоя фантазия разгулялась, ты представила себя по меньшей мере Робинзоном Крузо и настроилась на то, что помощь к тебе придет лет через тридцать. Поэтому запаслась рыболовными снастями, спичками (которые в воде отсырели) и другими приспособлениями для долгой жизни в одиночестве.

Твои выдумки бегут впереди тебя. На уроках ты часто отвечаешь не на вопрос учителя, а на то, что ты захотела в нем услышать. Ты в состоянии под диктовку написать такое, что и сама не вспомнишь, откуда что берется (вспомни Паганеля из «Детей капитана Гранта» и его путаницу с Австралией и Новой Зеландией), дома тебя часто ругают за невнимание. Ничего, если не станет хуже, то пройдет. 50 % знаменитостей – выдумщики и рассеянные люди.

Река, дом, кувшин.

Тест на воображение и на то, к чему ты в жизни готова, а чего хотела бы избежать.

Твоя **река небольшая и тихая.** Ты не создаешь конфликтных ситуаций, не споришь с учителями и в подруги себе выбираешь девочек спокойных.

Твоя река **широкая и бурная** – это чаще всего встречающийся ответ. Ты не ищешь легких путей. Зачем идти через калитку, если прыгнуть через забор быстрее? Спускаться с лестницы, перебирая ногами все ступеньки? Вот еще! Прыгая через три, делать это и быстрее, и веселее. Ну и что, что школа от твоих прыжков трясется! Зато о твоем приближении знают все.

Глубокая полноводная неспешная река. Ты уверена в себе и в своем будущем. Пока для тебя в жизни нет ничего неожиданного. У тебя хорошая семья, где все твои прихоти выполняются. Школа тебе либо нравится, либо не сильно отвлекает от других занятий. С тобой многие хотят дружить, но подруг ты выбираешь по своим параметрам – они должны перед тобой либо заискивать, либо быть такими же независимыми, как ты.

Узенький ручеек, петляющий между камешков. Ты скорее наблюдатель, чем деятель, ты не пойдешь напролом, не встанешь на баррикады. К цели ты придешь своим путем, он будет слегка извилист, но верен. Когда все возмущаются внеочередной контрольной, ты с вздохом достаешь листочек, потому что знаешь, что учителя перекричать нельзя. Из видов спорта ты предпочитаешь умозрительные занятия – шахматы, бильярд. С успеваемостью у тебя может быть неплохо, но за тройки тебя не ругают, потому что ругать спокойного человека как-то не хочется. Есть свои причины в том, что ты хочешь быть тише воды, ниже травы. Тебя могут задевать в классе или дразнить, поэтому ты предпочитаешь не высовываться, чтобы меньше замечали. Бесполезное занятие. Если захотят – заметят. Это тот случай, когда от проблемы не убежишь, ее нужно решать. Но об этом позже.

Стремительная горная река. Ты человек импульсивный и взрывной. Из тех, что быстро загораются, но и быстро остывают. Ты способна одновременно ходить в десять секций и кружков и так же одновременно все это бросить. Мало можно перечислить дел, которые ты довела до конца. А планов в голове у тебя столько, что дух захватывает. Ты легко обижаешься и так же легко прощаешь, забываешь обо всех этих незначительных обидах.

Переправа через реку.

Этот тест показывает, можешь ли ты соразмерять свои силы с действительностью и насколько ты большая фантазерка.

Реку ты будешь переходить через мост, который обязательно найдется, стоит только поискать (где вы видели реки без мостов?). Ты сторонница классических решений и не понимаешь, почему все так стремятся доказать, что $2+2=5$, хотя

и первоначальный вариант неплох. Зачем усложнять жизнь, если параллельные прямые все равно не пересекаются (проверьте это на разлиновке в тетрадке по русскому языку), солнце всходит на востоке, а садится на западе (выгляните в окно и убедитесь), Байкал – озеро, а Австралия – материк (кто бы спорил, хотя некоторые утверждают, что Байкал – море, а несчастная Австралия – такой же остров, как и Новая Зеландия).

Ты бросилась через реку вплавь. Ты живешь под лозунгом «Мы не ищем легких путей, мы успешно боремся с трудностями, которые сами себе создаем». Ну и что, что ты не умеешь плавать. Упорная борьба, стремление к цели – больше ничего и не нужно. Вода, говорят, камни точит.

Тут главное понять, в какую реку ты бросаешься. Если в реку Ниагара, которая в своей середине имеет небезызвестный водопад высотой в 50 метров, тогда твое кидание сродни самоубийству. Если пробуешь переплыть Волгу, то в районе Самары это сделать проблематично – не доплывешь до другого берега, и ловить тебя будут где-нибудь в районе Астрахани. Если где-то около Москвы, где наша славная река берет свое начало, тогда еще туда-сюда. Если ты представила, что, как Чапаев с перебитой рукой, пересекаешь Урал, то твои фантазии сильно оторваны от жизни. Полноводный Урал переплыть тяжело. Да и Чапаеву, как известно, сделать это не удалось.

Информация

Василий Чапаев – герой Гражданской войны и множества анекдотов. По легенде, Чапаев со своим отрядом отходил за реку Урал, спасаясь от белогвардейского преследования. В бою был ранен в руку. Пытался пересечь Урал вплавь, но на середине реки утонул.

Ты взялась **строить плот**. Любая проблема имеет свое решение. Ты больше рассчитываешь на себя, чем на подруг, к контрольным и самостоятельным ты либо готова, либо у тебя в запасе верные шпоры. Ты мало делишься с подругами своими проблемами. Да и подруг этих у тебя немного. Ты уже приблизительно представила, чем будешь заниматься ближайшие двести-триста лет, и уверенно идешь к своей цели. Из любой беды ты предпочитаешь выбираться самостоятельно, что умиляло твоих родителей, когда ты была маленькая. Качество чертовски полезное и правильное, но иногда излишняя самоуверенность

может подвести. Во-первых, ты можешь не знать, как строить плот, во-вторых, под рукой может не оказаться подходящих бревен, да и веревка, чтобы эти бревна связывать, около ног не валяется.

Пойдешь за помощью. Хорошее решение для твоего возраста. Пока еще не все вопросы ты можешь решать самостоятельно. За свою долгую двенадцати-тринадцатилетнюю жизнь ты не разочаровалась во взрослых. Ты до сих пор в дружеских отношениях с родителями, а с учителем по истории ходишь в походы. Ты уже не раз испытала на себе, что вовремя данный совет взрослого здорово облегчает жизнь. Твои разочарования еще впереди. Чем позже они придут, тем лучше будет для тебя.

Дом.

Тест показывает, как ты себя чувствуешь среди одноклассников.

Дом представляется далеким и маленьким – в тебе сидит чувство отверженности.

Большой дом в двух шагах от тебя – ты открытый, легкий в общении человек, любишь, чтобы в гости к тебе почаще наведывались друзья.

Деревянная избушка на курьих ножках. Поздравляю! В детстве тебе много читали сказки и особенно русские народные, причем они тебе так нравились, что вспоминаешь ты их до сих пор (если «братья наши меньшие» в лице хныкающей мелюзги не просят каждый вечер почитать что-нибудь подобное). В твоей душе еще живет детство, ты человек непосредственный и открытый, легко загораешься новыми идеями и легко с ними расстаешься. Ты нормальный человек с нормальной фантазией.

Старая развалюшка с покосившейся крышей – не очень-то хорошего ты о себе мнения. Неужели все так плохо? Меньше самокритики и побольше юмора! Или юмор здесь и так перехлестывает?

У девиц лет в четырнадцать-пятнадцать некогда ветхая избушка превращается в **трехэтажный особняк за бетонным забором**. Начинают срабатывать установки взрослых – особняк за городом хорошо, избушка в деревне плохо. Надо меньше сидеть у телевизора и смотреть всякий мусор в лице наших дешевых сериалов про богатую жизнь. Не так все, не так! Кстати сказать – высокий сплошной забор означает мечту отгородиться от внешнего мира, недоверие к людям, нежелание идти на контакт.

Современный многоэтажный дом говорит о том, что ты уже рассталась с детством и юношескими фантазиями, тебе некогда

мечтать, голова забита «взрослыми» проблемами – зарабатыванием денег, разруливанием отношений с собратьями, беготней по магазинам. У тебя вполне конкретное мышление, это еще называется «математический склад ума». На уроках ты не мечтаешь, заглядевшись в окно, в твоей голове нет места ненужным мыслям. Учителя с тобой разговаривают как с ровней, чужие родители ставят тебя в пример своим оболтусам и лоботрясам. Очень полезное качество, только иногда от подобной «правильности» скулы сводит.

Все остальные варианты – **землянка, дворец, покои султана с резным заборчиком вокруг, брезентовая палатка…** Дальше все зависит от воображения и от твоих личных пристрастий. Твои родители походники, и ты уже пару раз забиралась на Эльбрус – твоим домом давно стала палатка. Дворцы и замки представляют любители приключений и неисправимые романтики. Хотя если под дворцом подразумевается крепость, то придумавшая это защитное сооружение и сама хочет от кого-то или чего-то спрятаться. Об этом же говорит наличие мощного забора.

Информация

Эльбрус – высочайший горный массив Кавказа, высота 5642 метра. Излюбленное место паломничества походников. Взобраться на Эльбрус считается признаком мастерства. Хотя подъем на него, при удачном стечении погодных условий, можно назвать легкой пешеходной прогулкой.

Ты представила **хрустальный дом с прозрачными стенами или «стеклянный» ящик**. Ты мечтаешь контролировать и влиять на ситуацию в классе. Насколько это возможно. Но чаще происходит все наоборот. Недавно что-то произошло, после чего тебя выставили на всеобщее посмешище.

Если около дома ты представила **плотный ряд кустов и деревьев** – это признак того, что ты хочешь отгородиться от проблем.

К домику ведет **короткая просторная дорожка** – ты открытый общительный человек. Если **дорога длинная и извилистая** – ты не против общения, но не со всеми, а только с избранными.

Замóк.

Тяжелый навесной замок на двери – ты старательная в

своих делах и не любишь, когда другие суют в них свой нос. Ты редко когда что забываешь и редко откровенничаешь с подругами, хозяйственная домоседка.

Легкий миниатюрный замочек – ты легкий веселый человек, свободно расстаешься со своими секретами, любишь принимать гостей и ходить в гости, в трудную минуту у тебя можно позаимствовать ручку или попросить листок бумаги, не откажешь.

Чем сложнее замок, тем закрытей человек. **Три тяжелых врезных замка с двадцатью пятью степенями защиты в железной двери** – тебе есть что скрывать и от кого. Может, тебя постигли первые разочарования в любви и ты подумываешь уйти в монастырь? Будем надеяться, что состояние это временное и скоро все пройдет.

Замка нет, дверь нараспашку – ты душа компаний, хохотушка и певунья. Тебе и твоим друзьям можно только позавидовать. Друзьям потому, что у них есть ты. А тебе потому, что оптимизм здорово помогает без особых проблем обходить колючки, которые нам подбрасывает судьба.

Кувшин.

Насколько ты сама себя представляешь.

Вряд ли в трехэтажном особняке, защищенном по последнему слову техники, на столе будет стоять мятая жестяная кружка. Там на дубовом столе по самому центру пристроится **дорогой кувшин изящной ручной работы**. Ты ценишь себя высоко, у тебя большие планы на жизнь – и на мелочи ты сейчас размениваться не собираешься. Школа и учеба – это все временно, настоящая жизнь начнется там, за порогом. По натуре ты хищница, умеешь добиваться своего за чужой счет – крайне полезное качество в наш прагматичный век. Но опасное. Во-первых, хищники долго не живут (см. легенду об орле и вороне из повести А. С. Пушкина «Капитанская дочка»), а во-вторых, на хищника всегда находится охотник (см. сказку Шарля Перро «Красная Шапочка»).

Простой кувшин. Ты хорошая подруга и верный товарищ. Звезд с неба не хватаешь, но и про себя всегда помнишь. С самооценкой у тебя все в порядке, ты знаешь себе цену и в первые ряды не лезешь. Особых запросов у тебя нет – школа, дом, подруги на перемене, кружок художественной самодеятельности. Из тебя может многое получиться, ты можешь все потерять. Время сейчас играет на тебя – не ошибиться в выборе.

Высокий тонкий кувшин с узким горлышком представляют натуры утонченные, художники и музыканты. Ты устремлена вверх, все время о чем-то мечтаешь и порой не

замечаешь того, что у тебя под ногами. Действительность проходит мимо тебя. Вы с жизнью стараетесь друг другу особенно не мешать – она течет своим чередом, ты витаешь в собственных фантазиях.

Низкий кувшин. Тебя что-то тревожит, не дает поднять голову. Замучили контрольные? Поставили несправедливую пару по физике? Родичи друг в друга тапочками кидаются? Одноклассники совсем тебя задразнили? О том, как с этим справляться, мы поговорим позже. Пока же обратим на это внимание. В любом состоянии главное понять, что происходит. Если понимание пришло, то, считай, проблема наполовину решена.

Месторасположение кувшина.

По центру стола – ты о себе хорошего мнения, да и окружающие тебя ценят. **Вблизи, на самом краю** – ты девушка общительная, и тебе всё мало. В любой компании ты быстро заводишь друзей, твоя записная книжка уже распухла от записей и листочков. **На дальнем краю** – ты избегаешь общения. Либо у тебя подруг уже слишком много и ты от всех устала, либо общение не доставляет тебе радости и тебе интересней побыть самой с собой, чем с другими.

Материал, из которого сделан кувшин, тоже говорит, как высоко ты себя ценишь. **Золотой кувшин**, обсыпанный бриллиантами, – ты самого хорошего мнения о себе. **Керамическая крынка** – ты человек без особых запросов. **Жестяная кружка** – твоими предками были Суворов и Наполеон, люди жесткие и властные, предпочитающие в быту скромность и аскетизм (это когда спишь на деревянной лавке, умываешься холодной водой, питаешься хлебом с водой, ходишь в дешевой одежде без украшений).

Изображение человека.

Теперь уж действительно без подруги не обойдешься. Сторонний взгляд на твой «шедевр» как нельзя будет кстати. Подруга сможет посмотреть на твой рисунок непредвзято и многое заметить. Сама себе ты наверняка соврешь.

Вы поменялись своими рисунками, и первое, на что обращаем внимание, – **как быстро он был сделан**.

Если за минуту без особых раздумий – ты человек быстрый, легкий, не любящий рассуждать, из тех, кто сначала делает, а потом думает. Д'Артаньян в юбке.

Если перед тем, как рисовать, ты поразмышляла, линию вела неуверенно, по несколько раз вырисовывала овал лица или

поправляла длину юбки – ты задумчивый Арамис, склонный помечтать, не спешащий с действиями. Живешь ты по поговорке – семь раз отмерь… Ну, дальше ты знаешь.

Перед началом работы ты перебрала в уме несколько вариантов, но нарисовала быстро, линия рисунка твердая, без исправлений. Ты – отважный Атос. Решил Миледи голову отмахнуть – и сделал. И никакие слезы и сопли его не остановили. Кстати, Миледи в этом отношении была под стать своему бывшему мужу – Констанцию Бонасье отравила, даже не моргнув глазом. Это тоже твой тип.

Ты не смогла взяться за рисунок, так ничего и не представив? Герой сказки «Приключения Буратино», Пьеро, твой родной брат. В классе ты ведешь себя тише воды, ниже травы, сидишь где-нибудь сбоку, являя собой яркий пример серой мышки.

Информация

Атос, Портос, Арамис и Д'Артаньян – герои романа Александра Дюма «Три мушкетера». Атос некогда был женат на Миледи, но узнав, что она клейменая воровка, расстался с ней, из-за чего та начала мстить. Бывший муж не остался в долгу и отрубил Миледи голову. Правда, перед этим Миледи успела отравить возлюбленную Д'Артаньяна, Констанцию Бонасье.

Эти герои являются ярким примером разных типов характеров. Д'Артаньян – импульсивный тип, по-научному, холерик. Атос – сильный уравновешенный тип, сангвиник. Арамис – слабый уравновешенный тип, флегматик. Меланхолика, слабого, неуравновешенного типа характера, среди мушкетеров не было.

Кто изображен. Девчонки рисуют *девчонок, принцесс, самих себя, подруг, учителей* (они постоянно мелькают перед глазами), *маму, старшую сестру*.

У тебя нарисована девочка? Ты чувствуешь себя девчонкой, и это нормально.

Иногда девчонки рисуют *парней*. Так бывает, когда девочка не чувствует родства со своим полом. Или когда она влюблена и все мысли у нее только о мальчиках.

Ты еще не догадываешься о своей влюбленности и, сама того не подозревая, нарисовала предмет своих мечтаний? Или ты нарисовала кумира? Все это тоже понятно – о ком думаю, того и рисую.

Рисунок может изображать *карикатуру*. Ну, достал тебя русич (учитель по русскому и литературе, по крайней мере, в нашей школе мы его звали именно так) со своим «Словом о полку Игореве». Выучи ему полпоэмы – и все тут. А у тебя память… Короче, девичья память у тебя, и ничего, кроме имени мальчика из параллельного класса, в ней не задерживается. Вот и изобразила ты этого русича с огромным пузом, с копьем и на изнемогающей кляче. Фантазия у тебя – позавидуешь, но для нашего теста рисунок такой не подходит. Рисуй заново.

Где расположен рисунок. Твоя фигура стоит *по самому центру*, хоть линейкой вымеряй, и относительно листа вполне на нем помещается. Ты очень хорошо себя чувствуешь и в классе, и дома, учителя тебя не допекают, подруги уважают и ценят за дельные советы. Кроме учебы, ты успеваешь на кружок вышивки крестом, на бальные танцы, любишь выпиливать из фанеры лобзиком разные фигурки и увлекаешься бегом по пересеченной местности. Короче – ты цельный человек со светлой головой.

Фигура стоит *на кромке листа*. Неважнецкая ситуация. Что-то тебя гнетет, пригибает к земле – либо родичи на ушах висят, либо учителя окончательно задолбали. А может, и друзья-подруги каверзы какие строят.

Фигура, взлетевшая в поднебесье, *к верхнему краю*. О себе ты хорошего мнения и очень удивляешься, когда о тебе говорят не самые приятные вещи. Нет, не удивляешься, этих замечаний о себе ты не слышишь – кому они нужны? И так неплохо живется. Родители от тебя без ума, выполняют любую прихоть, самая модная обновка – у тебя. Ты уверена в себе и порой напоминаешь небольшой танк – с таким упорством ты добиваешься своего. Плохие отметки тебя не расстраивают. Ты же знаешь, что ты лучше всех, а любая оценка – это всего лишь мнение старой ворчливой училки.

Фигура *смещена вправо*. Ты закрыта и замкнута, предпочитаешь посидеть дома, посмотреть в окно или почитать книгу. Вряд ли ты любишь дискотеки и шумные тусовки. Особенно если фигура совсем уехала вправо, к самому краю, изображение повернуто в профиль и смотрит вправо – у тебя какая-то проблема, и ты не склонна обсуждать ее с окружающими.

Фигура *смещена влево*. Ты легкий открытый человек, любишь поболтать и потусить, и если уж отправляться в путешествие, то «один за всех, и все – за одного». В классе ты себя чувствуешь как рыба в воде и всегда выступаешь за веселые вечеринки и совместное времяпрепровождение.

Внимательно посмотрим на саму фигурку. Она стоит

анфас, лицом к зрителям, руки вдоль тела, кисти рук не прорисованы или нарисованы схематично. На лице улыбка, ну или хотя бы не ярко выраженная печаль. Сейчас в жизни у тебя все о'кей. На тебя никто не нападает, и ты вполне дружелюбна со всеми.

Поднятые вверх руки с растопыренными пальцами или просто *растопыренные пальцы* говорят о твоей повышенной активности и недружелюбном настрое. Если что – можешь и подраться. А уж с родителями поцапаться – так это за милую душу. То же самое можно сказать, если на лице твоей фигурки не улыбка, а оскал. Думаешь, это получилось случайно? Ничего случайного в этом нет. Так оно и есть на данный момент.

Спрятанные за спину руки– ты избегаешь общения. Проблемой, которая тебя сейчас волнует, делиться ни с кем не собираешься.

Лицо изображено так, что *виден затылок* – ты не стремишься с кем бы то ни было встречаться, по крайне мере, с теми людьми, что тебя окружают.

Голова в профиль, тело анфас – тебе тревожно из-за неподходящего окружения. А так хочется с кем-нибудь поговорить!

Человек, сидящий на краешке стула, – сильное желание найти выход из сложившейся ситуации, страх, одиночество.

Бегущий человек – желание скрыться от кого-то.

Человек с видимым нарушением пропорций по отношению к правой или левой стороне – отсутствие внутреннего равновесия.

Человек непринужденно шагает – хорошая приспособляемость.

Человек изображен в профиль – замкнутость, желание противопоставить себя остальным.

Робот вместо мужской фигуры – ощущение внешних контролирующих сил.

Фигура Бабы Яги (такое можно встретить в рисунках мальчишек) – открытая враждебность к женщинам. Если же Баба Яга изображена у девчонки, то у нее неплохое чувство юмора. Все остальные показатели ей не подходят, пусть рисует заново и посерьезней.

Фигура из палочек – увиливание от задания, плохое восприятие окружающего мира.

Клоун – свойственное подросткам переживание неполноценности и отверженности, враждебность, самопрезрение.

Еще раз посмотри на рисунок, есть ли там **места, которые ты вырисовывала с особой тщательностью**. Талия, овал лица, не получилось с ходу нарисовать нос, форма ног с первого раза не

устроила? Может, не осознанно, а подсознательно, тебя волнуют эти части твоего тела – не нравится форма подбородка и носа, не довольна волосами, их длиной, качеством и цветом, торчат проклятые уши, талия могла бы быть поменьше, а грудь побольше… Все, что тебя особо волнует, будет тобой «подчеркнуто».

Кстати, **об ушах**. На девчачьем рисунке ты вряд ли найдешь уши – это не то, на что наше женское племя обращает свое внимание в первую очередь. Ушей за длинными волосами не видно. Парни же на своих стриженых головах их замечают постоянно, и у их фигурки уши будут обязательно.

Если посмотреть на фигурку еще внимательней, то можно заметить, **стоит она уверенно на «земле» или подвешена в «воздухе»**. *«Подвешенность»* говорит о такой же «подвешенности» в жизни. Что-то тревожит, что-то мешает проявиться уверенности в завтрашнем дне. Может, это экзамены? Или годовая контрольная? Или трояк по биологии, который сильно усложняет жизнь? *Устойчивая фигурка* – все в порядке, завтра будет завтра, и никаких неожиданностей оно не несет.

Вот и познакомились. Теперь я кое-что о тебе знаю. Да и ты, определившись с собой, сможешь находить в этой книге советы, относящиеся конкретно к тебе, к твоему характеру.

Если по тесту выходит, что ты застенчива или ждешь от жизни одни неприятности – ищи главу, где рассматривают эти проблемы, читай дельные советы и поскорее применяй их на практике.

Еще древние заметили, что сама жизнь слишком сложна, чтобы описать ее одним словом.

Ты можешь быть суперкрасавицей, стройной и длинноногой, при этом иметь уровень интеллекта выше, чем у Шарон Стоун (а она по американским меркам самая умная женщина-актриса, чего не скажешь, наблюдая за ее поведением… Ну, да ладно…), но счастливой ты себя чувствовать не будешь. Потому что жизнь не то, что нас окружает, а то, как мы к этому относимся.

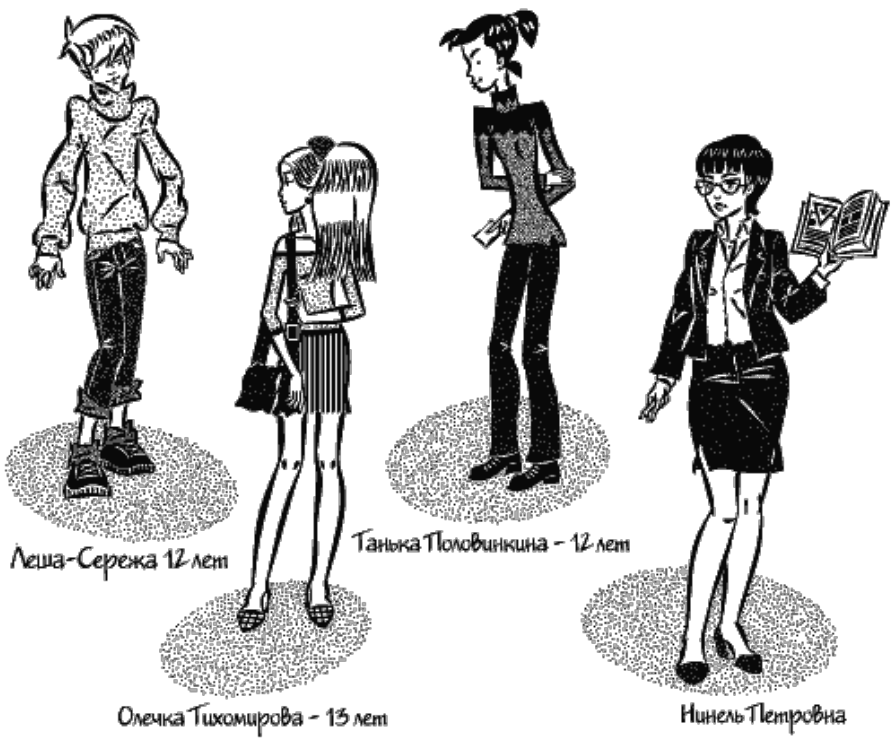
Поставили пару? Жизнь не удалась? Через неделю ты об этом уже не вспомнишь. Тогда зачем сейчас убиваться? И даже если из-за этой пары ты не получишь золотую медаль и не поступишь в МГИМО – это тоже не повод прыгать из окна. Если двойку исправить можно и золотая медаль еще не окончательно от тебя уплыла – подбери сопли и в бой. А если все это окончательно и бесповоротно, то ищи обходные пути. МГИМО не единственное учебное заведение, а золотая медаль не самое лучшее, что есть на свете. В конце концов, большинство талантливых и успешных

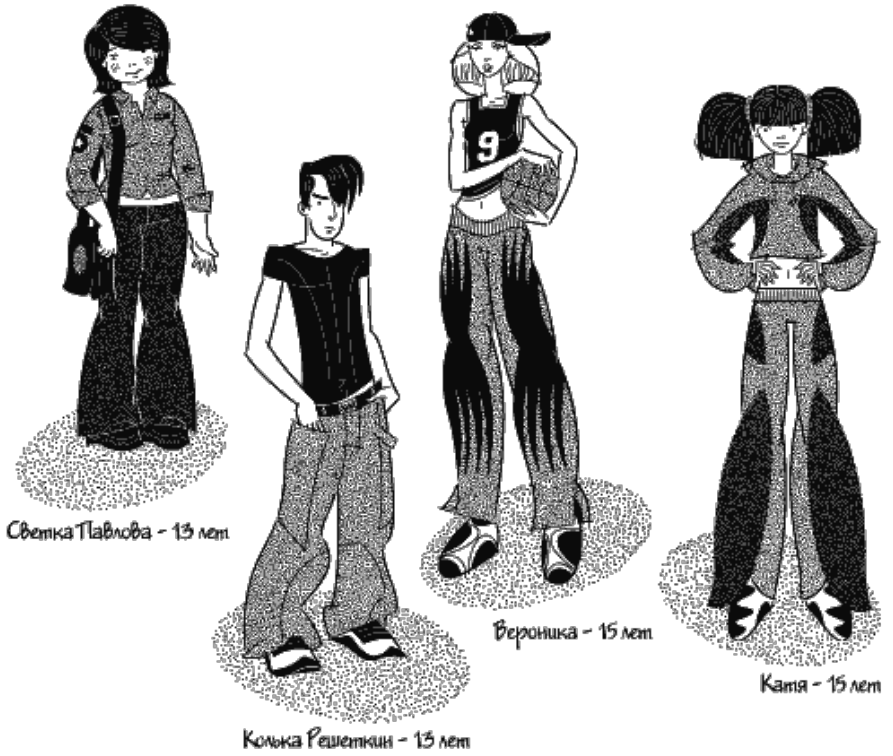
людей в школе вообще троечниками были и заканчивали сельскохозяйственные академии. Они потихонечку копали свою траншею и докопали ого-го-го до каких «глубин». Есенин тоже поначалу на учителя начальных классов пошел учиться, а потом рванул в Москву и стал известным поэтом.

Информация

МГИМО – Московский государственный институт международных отношений. Один из самых престижных вузов страны. Выпускает дипломатов и международников. Поступить туда крайне сложно из-за высокого конкурса.

Прежде чем отправляться в путь по книжке, я хочу предупредить. Вместе с тобой проживать некоторые жизненные ситуации будут несколько человек, они и станут героями. Для наглядности.





Действующие лица:

Светка Павлова – 13 лет, находится в полном расцвете подросткового кризиса, постоянно что-то ищет и все время чем-то недовольна. Влюблена в Кольку Решеткина.

Олечка Тихомирова – 11 лет, фамилия соответствует характеру, тиха, застенчива, нерешительна. Слушается маму.

Танька Половинкина – 12 лет, резка, заносчива, любит посплетничать, в курсе всех событий.

Вероника и Катя – девушки-спортсменки, обеим по 15 лет, занимаются баскетболом. Катя более решительная. Вероника задумчива.

Колька Решеткин – 13 лет, учится с Павловой в одном классе, считает Светку человеком недалеким. Гуляет с Ленкой Горшковой, с которой живет на одной лестничной клетке.

Леша-Сережа – 12 лет, однажды он не смог вспомнить своего имени и соврал, теперь, какое у него имя настоящее, не может вспомнить никто, кроме родителей. Но их в повествовании нет.

Нинель Петровна – классная руководительница Павловой и Решеткина, учительница физики.

Также появляться и упоминаться будут другие ребята из школы и Светкиного класса.

Эпизод первый
Какие девочки нравятся мальчикам

Глава о том, как обратить на себя внимание понравившегося парня, как преодолеть робость и перестать зависеть от чужих капризов. Несколько слов о том, что такое любовь и когда она заглянет в твой дом.

Пример

Есть такая практика – будущих учителей, еще студентов, посылать в летние детские лагеря работать вожатыми. Я как раз планировала в будущем стать учителем, поэтому летней практики избежать не смогла. Все мои однокурсницы быстренько разбились на пары и выбрали себе отряды помладше. Как человек смелый, я пошла работать в старший отряд. Жизнь завертелась веселая, ни я моим подопечным, ни они мне дня спокойно провести не давали. Но было заповедное время, когда наступало глобальное «перемирие». Называлось оно отбой. После короткой драки мальчишек в туалете, после рыданий девчонок в ду́ше все разбредались по своим палатам. Мой напарник Лешка шел к ребятам и вел там занудные разговоры о том, что курить вредно, что все люди братья, и много еще о чем. Девчонки же меня ждали с превеликим нетерпением. Как только я выключала в палате свет и устраивалась у кого-нибудь в ногах, начиналась неспешная беседа, которая в конце сводилась к неизменному вопросу: какие девочки нравятся мальчикам. Уж очень мои девчонки боялись, что жизнь пройдет, а на них так никто и не посмотрит. Я знала, что разговор непременно придет к этому, и начинала в сотый раз объяснять основной закон жизни: «Разным мальчикам нравятся разные девочки».

* * *

Светка Павлова сидела на лавочке и рыдала. Она старалась это делать негромко и незаметно, но ее жалобные всхлипывания

были слышны всем окрестным домам и детскому саду в придачу.

Беда у нее была страшная. Она вдруг поняла, что годы уходят, а в нее еще толком никто так и не влюбился.

Самое обидное было в том, что она уже перепробовала все действенные средства для того, чтобы на нее обратили внимание. Выкрасила свои огненно-рыжие кудри в бледно-розовый цвет. Потом решила, что будет худеть. Неделю сидела на геркулесе, пока не свалилась от голодухи на физкультуре со спортивного бревна – ни руки, ни ноги к тому моменту ее уже не держали. Ногти она стала красить в радикально черный цвет, юбку носить короткую, даже зимой. Она демонстративно опаздывала на уроки и ругалась с учителями.

Внимания на нее так никто и не обратил.

А ведь могли бы. Она так старалась.

Но ни в какую.

А вокруг бурлила любовная лихорадка – девчонки строчили записки, мальчишки понимающе ухмылялись. А рядом с Павловой стояла гробовая тишина.

В болоте жизнь и то веселее, чем у нее. Там хоть лягушки квакают.

Светка приготовилась утонуть в собственных слезах, когда рядом кто-то вздохнул.

Светка подняла глаза.

Рядом на скамейке сидела Танька Половинкина и с загадочным видом смотрела вдаль за гаражи.

– Иди отсюда!

Рыдать Павловой сразу же расхотелось. Какой смысл лить слезы перед Танькой, известной разносчицей сплетен и слухов? Она решила уходить, но Половинкина подсела ближе и кивнула, давая понять, что она готова слушать хоть до вечера.

– Все прошло, – буркнула Светка, и из груди у нее вырвался предательский всхлип.

Так бы они еще долго препирались, потому что Танька была на редкость настойчивой натурой. Но тут из подъезда вышла Олечка Тихомирова с неизменным пакетом в одной руке и сторублевкой в другой.

– Ты плакала? – ахнула Олечка, прижимая к груди руки.

– Плакала, плакала, – вылезла вперед Половинкина. – Я видела.

– Уйди отсюда! – взорвалась Светка. – И без тебя света мало!

Танька надула губки и демонстративно уселась на качели – вроде бы она тут совершенно ни при чем.

Других собеседников у Павловой не предвиделось, поэтому она мертвой хваткой вцепилась в Олечку и поволокла ее к

лавочке.

– Скажи, ты когда-нибудь влюблялась? – жарко зашептала Светка на ухо опешившей Тихомировой.

– Не знаю, – залепетала Олечка. – Надо у мамы спросить.

– Она-то тут при чем? – в голос спросила Павлова. – Я же не про нее, а про тебя спрашиваю.

Тихомирова густо покраснела и стала мять в ладошках несчастный пакет вместе со сторублевкой. Казалось, что она сейчас задымится от смущения. Наконец она кивнула и потупилась.

– Вот, – обреченно махнула рукой Светка. – И ты туда же. А в меня никто не влюблялся.

– Про любовь говорите? – Танька за их спинами появилась, как всегда, неожиданно. – А я про любовь все знаю. Я сто раз была влюблена.

– Знаем мы твою любовь, – отпихнула назойливую Половинкину Светка. – Харатьян с Домогаровым и Безруков. Говорят тебе, отстань. Не видишь, люди разговаривают.

– Мне бы за хлебом, – неуверенно подала голос Олечка.

– И ты меня бросаешь! – Павлова вложила в голос весь трагизм ситуации. – А я…

– Физрук заболел, – раздалось над склоненными головами.

Наверное, последние лет пятнадцать все новые микрорайоны строят одинаково. Длинные многоподъездные дома стоят гигантским квадратом. Внутри этого квадрата школа, детский сад, парочка площадок. Могут еще запихнуть магазин и обе поликлиники, детскую и взрослую. Деваться особенно из этого гигантского муравейника некуда. Дорога от школы до дома занимает пять минут. Кругом все свои.

К лавочке подошли две подружки, Вероника и Катя.

Даже одиннадцатикласснику пришлось бы задирать голову, чтобы посмотреть на них. Дядя Степа и тот дышал бы им в пупок. Рост у обеих был какой-то невероятный. Светка всегда размышляла, как такие высокие девчонки ездят в метро. Им, наверное, приходится постоянно держать голову склоненной.

Понятно, что при таком росте Вероника с Катей занимались баскетболом. И, как все спортсмены, были добродушны и не чурались общаться с такой мелюзгой, как Светка с Олечкой. Про Таньку никто не говорит. С ней, даже если и не захочешь, общаться придется. Прилипчивая она, как банный лист.

– Физкультуру отменили, – с сожалением произнесла Катя и, сложив пополам свои длиннющие ноги, села на лавочку.

На секунду Светка позавидовала Веронике с Катькой. С таким ростом на них все обращают внимание. А где внимание, там и до

любви рукой подать.

Додумать свою мудрую мысль Светка не успела, потому что в поле ее зрения появился ОН.

Колька Решеткин лениво шагал через площадку, перекинув через плечо мешок со сменной обувью. Был он коренаст, с короткой стрижкой, в заляпанной чем-то грязным куртке и почему-то в разных кроссовках. В одной кроссовке не хватало шнурка.

Павлова шмыгнула носом и повалилась за лавочку. Решеткин прошел мимо, не удостоив девчонок даже поворотом головы.

– Что с тобой? – испуганно захлопала ресницами Олечка, которая уже благополучно забыла и про магазин, и про мамино поручение.

– Это он, – пошипела из-за Катькиных ног Светка.

– Влюбилась, что ли? – понимающе хмыкнула Вероника.

Благодаря ее высокому росту Вероникину фразу услышали не только столпившиеся на площадке девчонки, но и ушедший на приличное расстояние Колька. Отреагировал он на эти слова весьма странно.

Решеткин остановился и повертел пальцем у виска.

– Дурак, – все так же спокойно констатировала Вероника, провожая взглядом удаляющегося парня.

– Меня никто никогда не полюбит, – выдохнула Светка, утыкаясь лицом в ладони. – А я так старалась.

Светка развела руками, чтобы показать недостатки, которые всю жизнь ей будут мешать достичь счастья в любви. По ее мнению, недостатков была куча: невысокая, пухлая, волосы огненно-рыжие, лицо бледное, с веснушками, да еще в придачу круглое, носик небольшой, чуть вздернутый, глаза зеленые, хотя могли бы быть пронзительно-черными, и голос чуть хрипловатый.

– Нашла из-за кого напрягаться, – фыркнула Катя, даже не поглядев на Светку. – Он же еще мелюзга!

Светка секунду размышляла: обидеться ей или не стоит? Потому что Колька учился с ней в одном классе, и если по Катиным меркам был «мелюзга», то кто она? Но потом решила не обижаться. Обид на сегодняшний день у нее было достаточно.

– Я не о том, – поправила себя Катя, заметив растерянное лицо Павловой. – Он еще не дорос до того, чтобы влюбляться.

И она рассказала маленькую, но страшную правду о мальчишках.

Повелось это еще со времен мамонтов – девочки взрослеют быстрее, чем мальчики.

Природа так устроила. В то время как мальчишек тянет на

подвиги: залезть в подвал, перепрыгнуть через забор, свистнуть так громко, чтобы заорала сигнализация в машине, девочки уже мечтают о принцах, драконах и людоедах. Короче, хотят, чтобы на них обратили внимание.

Но мальчишки к этому пока еще не готовы. Они могут легко решать сложные задачи, им подвластно разобраться в запутаннейшей физической формуле, но на подвиг ради тебя они не готовы. Их голова будет забита сборными конструкциями, формулой приготовления пороха, идеей подпилить стул у ботанички, но никак не отношениями с соседкой по парте.

Даже больше скажу, они тебя боятся. Потому что не знают, как с тобой общаться.

Разговаривать они с тобой в состоянии только на своем уровне – это все то же дерганье за хвостики и косички, закидывание твоего портфеля в мужской туалет, проливание на любимое платье особо едких жидкостей и молниеносное съедание в столовой своего пирожка, а заодно и твоего.

Внимание, если выбранный тобой парень так себя ведет, значит, психологически он не готов к нормальным отношениям. Как ни грустно, но он еще до них не дорос.

Это ты уже все про этот мир знаешь, а он его только открывает для себя. Отсюда все эти лазания, прыгания и взрывы. Им надо все успеть изучить и потрогать собственными руками. Они должны выяснить, на что способны. Кто из них выше, ловчее, сильнее.

Наверное, именно для них и придумали физкультуру. Чтобы было где и когда побегать, размяться.

Как только мальчик начнет говорить с тобой уважительно, предложит помощь или сделает первый подарок, только тогда можно говорить о том, что он «созрел» для нормальных отношений с тобой. У всех это происходит в разное время, конкретных сроков сказать нельзя. Но произойдет это не раньше 12–13 лет. И все равно пока мальчик не наберется храбрости, он не подойдет к понравившейся ему девочке. И обвинять его в трусости нельзя. Всему свое время. Не надо форсировать события. Не стоит заставлять кавалера делать то, на что он еще не способен.

Спешка хороша при ловле блох, а не в вопросах влюбленности.

* * *

– Ну и что! – На Павлову Катькина трогательная речь не

произвела особенного впечатления. – Он уже взрослый. Это на меня внимания обращать не за что, я вся такая корявая и незаметная. Меня и любить нельзя!

– Ой, – всхлипнула впечатлительная Олечка.

А Танька злорадно закивала. В силу возраста вопросы про любовь-морковь ее не сильно волновали. Она обожала повредничать на эту тему.

– Ну да, – протянула задумчивая Вероника. – По-твоему выходит, что любят только красивых?

Светка шмыгнула носом и еле заметно кивнула.

– М-да, – качнула головой Вероника. – Может, тебе чем заняться? На плавание пойти или на бодибилдинг?

– Издеваешься? – прошептала Павлова, собираясь из человека превратиться в маленькую лужицу и утечь в канализацию. – Мне и так плохо, а ты еще со своим спортом пристаешь.

– А что? Помогает… – И Вероника задумчиво посмотрела вдаль.

– Уму Турман в детства Дылдой дразнили, – как бы между прочим завела Катя, – а Мишель Пфайффер лягушкой, потому что она была долговязой и рот у нее был до ушей.

– Так ведь они красивые, – вновь завыла Павлова.

– Стали. – Катя лениво поднялась и повисла на турнике, ноги при этом пришлось поджимать. – Были кукушата. Выросли, изменились. Подожди, ты тоже изменишься.

Есть такое мнение, что счастье улыбается только красивым и здоровым. Особенно этот миф поддерживают американцы. На чем это основывается? Чтобы дети были красивые и здоровые, женщина должна быть стройна, привлекательна, с большой грудью и широкими бедрами. Мужчина – рослый, мускулистый, с мощными плечами и руками, смел, силен и энергичен. По всем законам природы красивая девушка должна себе в спутники выбирать красивого парня. Но…

В жизни такое встречается редко. Постой как-нибудь в субботу перед загсом, посмотри на женихов и невест. Тебе крупно повезет, если ты встретишь хотя бы одну пару, где и он, и она отменные красавцы. А все почему? Потому что любят не за внешность. На внешность обращают внимание. Общаются, а потом и живут с конкретным человеком.

Внешность – то, что дала природа. Сейчас ее можно немного подправить на хирургическом столе, тут убавить, здесь добавить. Внутреннее содержание зависит только от тебя. Если ты яркая, интересная личность, то это будет заметно. У тебя будут светиться глаза, сиять лицо, твои движения будут уверенными и спокойными.

Хороший пример – наши актрисы. Инна Чурикова никогда не была красавицей, но сколько в ней обаяния. А Татьяна Васильева? Да здесь-то и посмотреть не на что. А как выйдет на сцену или просто улыбнется – глаз не оторвать. Потому что живут эти люди не по законам внешности, а по закону души.

Да бог с ней, с внешностью. Ты когда-нибудь слышала о счастливых королевах красоты? Я лично нет. Все-то их обижают, завидуют, прохода не дают. А манекенщицы? Это же адский труд, пробиваются единицы. И те к тридцати годам на «пенсию» выходят. Радуйся, что ты обычная и живешь простой замечательной жизнью. Именно невзрачные девушки многого добиваются, становятся высококлассными специалистами, находят настоящую любовь. А все эти капризные и вздорные «красавицы» так и остаются при своей красоте. Они считают, что раз красивые, то им все должны. Они нигде не учатся, с работой у них не вяжется. Манекенщицами из них становятся единицы, остальные идут продавцами в бутики или находят богатых спонсоров. Но разве это можно назвать жизнью?

«Так это через сколько лет! – всхлипнешь ты. – А надо мной

сейчас смеются».

Смеются, значит, завидуют. Твоей особенности. Они все друг от друга не отличаются, а ты необычная. У тебя есть своя индивидуальность во внешности, в манере себя вести, в одежде. Насмешки окружающих – это проявление скрытой зависти. Плюнь и разотри. Нашла из-за чего расстраиваться. Ты лучше подумала бы, как физику завтра будешь сдавать!

И не качай головой, а то она у тебя отвалится. У тебя голова для размышлений, а не для того, чтобы ею качать.

Любви достоин каждый. И каждый получает по своим достоинствам. Только достоинства зависят от самого человека. А значит, как поработаешь, такую себе любовь и получишь.

Впрочем, про любовь существует и такая версия…

Придумал ее две с половиной тысячи лет назад мудрец Платон, жил он в Древней Греции. По его мнению, давным-давно люди имели четыре руки, четыре ноги, две головы и всего остального тоже по две – печени, селезенок, сердца, ну прямо как два сросшихся человека, один мужчина и одна женщина. И было им так хорошо, что забыли они обо всем на свете. А тут как раз Высшие Существа с ревизией пришли. Увидели, что про них забыли, рассердились и поделили всех людей пополам. А чтобы половинки соединиться не могли, разбросали их по разным частям света. С тех пор люди ищут свою половинку, и настоящая любовь вспыхивает только тогда, когда две половинки соединяются.

* * *

– Везет же людям! – взвыла Светка от возмущения, выслушав легенду о половинках. – А тут не только любви нет. Вообще не замечают!

– Далось тебе это внимание! – не выдержала Катя. – Чем меньше замечают, тем спокойней живешь.

– А ты заинтересуй его чем-нибудь, – негромко посоветовала Вероника. – Чем этот мальчик занимается?

– А я откуда знаю, – зло буркнула Павлова. – Фигней страдает.

– Не знаешь таких простых вещей, а говоришь, что любишь. – Глаза Вероники стали грустными. – Когда любишь, то готова за любимого все отдать, все для него сделать. Себя не помнишь, только им живешь. Любовь – это такое счастье! Рядом с любимым ты летаешь. А без него жизнь останавливается.

– Так, ладно, – начала Катя. – Решила, что любовь, значит, любовь. Надо действовать, а не сидеть на лавочке. Мы сейчас в два счета сделаем так, чтобы он о тебе думал и страдал.

– А ты на него парту урони, – ехидно подсказала Половинкина. – Одновременно и думать будет, и страдать. – И довольно засмеялась своей шутке.

– Я тебе сейчас так уроню! – подпрыгнула Светка, но между девочками тут же встала Катя.

– Знаки внимания должен оказывать мальчик, – вступила в разговор Олечка. – Мне так мама говорила. Когда это делает мальчик, то он ухаживает. А когда девочка бегает за мальчиком, это, значит, пристает. Это некрасиво.

– Все красиво, – отрезала Катя. – Что же нам сидеть и ждать, когда этот парень созреет? Значит, план у нас будет такой. Ты признаешься ему в любви.

– Я? В любви? – подпрыгнула на лавочке Павлова. – Никогда.

– Надо. – Баскетболистка взяла Светку за руку и пристально посмотрела ей в глаза. – Пусть знает о твоих чувствах. Он пошлет тебя куда подальше…

– Непременно пошлет! – Танька сияла, как начищенный чайник.

– Но о твоей любви будет помнить, – закончила свою мысль Катя. – Ты походи вокруг, повздыхай пару дней, а потом пропади. Он это должен заметить.

– Никому он ничего не должен, – нахмурилась Вероника.

– Не заметит, пиши записку, – гнула свою линию спортсменка. – «Больна, умираю, принеси домашнюю работу».

– Зачем мне домашняя работа, если я умираю? – запуталась Светка.

– Так надо. – Катя была категоричной. – Мы вызовем у него чувство жалости. Пускай позаботится о тебе. Яблок принесет или учебник. Надо, чтобы он все время о тебе помнил. После болезни ты выйдешь заметно похудевшей…

– Похудевшей? – как эхо отозвалась Павлова и отодвинулась от баскетболистки на край лавочки.

– Похудевшей и изменившейся. – Катькина фантазия несла ее вперед. – В классе ты будешь вести активную позицию. Хорошо учиться, отвечать на уроках, организуешь пару вечеров. Да, кстати, неплохо было бы научиться играть на гитаре и пойти в танцевальный кружок. После такой подготовки твой ненаглядный, – Катя выразительно кивнула вслед давно исчезнувшему Решеткину, – с тебя глаз сводить не будет.

Честно говоря, Светка не умела ни петь, ни рисовать, ни даже крестиком вышивать. Была она ленивой и, как многие девчонки в

ее возрасте, особо напрягаться не любила. Ей нравилось, когда все само падало ей на голову.

– А такой, как есть, меня любить нельзя? – Светкин любовный пыл заметно поостыл.

– Можно, но в следующий раз. – Катя возбужденно потирала руки, предвкушая недурное развлечение. – Дальше ты запишешься в какую-нибудь секцию, лучше на бокс или самбо. Он к тебе подойдет, а ты его – раз и на лопатки. Парни это завсегда уважают. Пойдешь петь в хор. У вас есть музыка в расписании? Начнете песню петь, а ты громче всех и прямо как Пугачева. У него от одного твоего голоса крышу снесет. Станем по утрам с тобой зарядку делать и каждый раз мимо его дома пробегать, когда он будет в школу идти. Он где живет?

– За остановкой. – От открывающейся перед ней перспективы у Светки совсем голос пропал.

– Значит, из дома он будет выходить минут за пятнадцать…

– А когда же я в школу буду ходить? – одними губами спросила Светка.

– Первый урок можно и пропускать. – Как все спортсменки, Катя была равнодушна к учебе. – Или сразу же за углом переодеваться и вперед него чесать к школе. Представляешь, как он удивится! Только что ты мимо пробегала, а уже вперед него в класс входишь. И вся такая бодрая, румяная. Еще будешь во время урока ручной эспандер качать. На это мальчишки точно клюют. Юбки… – Катя, прищурившись, посмотрела на голые Светкины ноги. – Юбку эту ты выбросишь, все равно вещь испорчена, и будешь ходить в джинсах и в свитере навыпуск. Еще бы тебе научиться курить и сплевывать через зубы…

– Может, не надо? – первой не выдержала Олечка.

Светка зажмурилась, представив, какая жизнь ее ждет впереди. А Катя с явным удовольствием продолжала перечислять:

– А когда он на тебя обратит внимание, ты переведешься в другую школу. Не будем ему облегчать жизнь. Пускай побегает, пускай поволнуется. Препятствия только усиливают любовь. А когда он созреет, чтобы встретиться и поговорить, а произойдет это года через два…

– Все! Хватит! – Светка вскочила со скамейки. – Я передумала. На фиг мне сдался этот Колька! Не хочу я боксом заниматься, я лучше на лошадях научусь кататься.

Танька предусмотрительно отошла в сторонку и довольно захихикала.

– Как? – Катя кувырком спустилась с небес на землю. Она удивленно посмотрела на собравшихся. – Погоди! Так не пойдет. Ради любви надо жертвовать своими интересами. А как же отказ

от себя? А как же – ради любимого в огонь и в воду?

– Не-не-не! – Павлова стала отступать к краю площадки. – Что мне, делать больше нечего, как руки эспандером ломать? Да меня засмеют в первый же день!

– Тебе что важнее – мнение класса или твоя любовь? – строго спросила баскетболистка. – Может, это твоя судьба? Может, это на всю жизнь? Может, это твоя половинка?

– Не нужно мне половинок, – заторопилась Светка. – Мне и так хорошо. Ты сама сказала, что Колька маленький. Пусть растет пока. А я пойду.

Она подхватила свою сумку и устремилась к магазину, где можно было спрятаться от любых преследований.

– Значит, не любовь, – вздохнула Вероника, глядя в спину удаляющейся Светки.

– Не любовь, не любовь, – проворчала Катя, которой было обидно, что она полчаса напрасно распалялась перед малышами. – Пойдем на тренировку.

А теперь вооружайся карандашом и подчеркивай, я буду тебе раскрывать аксиомы обаяния и секреты внимания, законы любви и тайны сердечности.

Первая аксиома. *Любовь придет, когда ты «созреешь» для нее.*

Обращают внимание, когда ты сама готова подарить свое внимание другому.

Любовь большой труд. Приходится от многого отказываться, даже от того, что некогда тебе было так дорого. Например, ты терпеть не можешь гулять, а предмет твоего внимания обожает это делать. Ты забываешь о своих пристрастиях и топаешь в парк, при этом мило хихикая и кивая сто раз слышанным анекдотам.

Но не будем спешить с любовью. Вряд ли посетившее тебя чувство можно назвать этим громким словом «любовь». К 14–15 годам ты еще психически не готова для этого чувства. Не обижайся, это нормальные законы природы. Даже если ты физически похожа на девушку, в душе ты еще ребенок – в этом заключается основное противоречие нашего времени. Ты растешь очень быстро, а психика и сознание начинают притормаживать. Двести лет назад в твоем возрасте замуж выходили и нормальную семью создавали, а ты еще сидишь на шее у родителей и будешь это делать еще лет пять-десять. О самостоятельной жизни и речи нет.

Потерпи. Пройдет два года, и ты заметишь разницу между тем, что ты чувствуешь сейчас и что чувствовала тогда.

Назовем вещи своими именами. Мальчик тебе нравится, а потому хочется, чтобы он обратил на тебя внимание. Причем внимание это должно быть не банальным дерганьем за хвостики и подкладыванием на стулья кнопок!

Хочется, чтобы провожал до дома, приглашал гулять и на дискотеки, звал в гости, знакомил с друзьями, уважал, в конце концов.

Это все хорошо. А насколько ты готова дарить ему свое внимание? Соглашаться на маленькие жертвы? Например,

слушать его восторженные возгласы о музыкальной группе, о существовании которой ты даже не подозревала?

Когда ты сможешь в ответ на внимание к тебе дарить такое же внимание другому, то ты из девочки потихоньку станешь превращаться в девушку, способную любить.

Вторая аксиома. Для осуществления мечты о любви и взаимности нужна не только интересная внешность. *С предметом твоего обожания у вас должны быть общие интересы*, хотя бы приблизительно совпадающие взгляды на тот или иной предмет.

Вас должна вместе интересовать музыка или танцы, футбол или астрономия, выпиливание лобзиком или чтение стихов при луне.

Если такого интереса нет, то его создают. Например, тебе нравится смотреть бразильские сериалы, а ему нет, но вы их вместе смотрите. Постепенно твой кавалер втягивается в процесс или расстается с тобой, потому что не выдерживает эту пытку. Или наоборот, твой избранник страстный болельщик. Он таскает тебя на все игры, финалы и полуфиналы. Ты либо заражаешься его страстью, либо терпишь, скрипя зубами.

Так вот, чтобы терпеть не приходилось, лучше, чтобы общий интерес у вас был с самого начала. А одним делом могут заниматься не только красавцы и красавицы, но и самые обыкновенные люди. В кружке или в секции встретить свою судьбу гораздо легче, чем просто на улице. Мимо твоя любовь не пройдет. Ты только подожди чуть-чуть.

А как же «синие чулки», скажешь ты? Как же «тихие девочки», на которых никто никогда не обращал внимания и никогда не обратит?

Повторяю, все зависит от готовности. Если ты хочешь внимания, оно у тебя будет. Если ты надеваешь длинную черную юбку, прикрываешь глаза лохматой челкой, при виде врывающихся в класс мальчишек впадаешь в столбняк и стараешься забиться подальше в угол – никто тебя никогда не заметит. А уж если заметят…

Недаром говорят, «в тихом омуте черти водятся». Даже самая незаметная девочка может сильно преобразиться, если на ее пути встретится достойный кавалер.

Третья аксиома. *Нужно самой быть интересным человеком, яркой натурой.* Пой, рисуй, лепи из глины смешные фигурки, занимайся чеканкой или пиши стихи. Увлеченный человек всегда обращает на себя внимание.

«А как же Ленка Курбаленко и Анька Плотникова? – спросишь ты. – Они же ничего не делают, чтобы ими интересовались. А по

ним то Сашка Шейкин сохнет, то Серега Махота, то Васька Щукин. Все время около них кто-нибудь торчит, а Ленка с Анькой только губки поджимают и делают вид, что их это совершенно не интересует».

Враки все это! Еще как интересует! Ты бы удивилась, увидев, как они начали бы поджимать губки, если бы все эти Сереги и Сашки бросили их и отправились в футбол играть или пошли в кино. А уж если бы Сашка пересел за парту к какой-нибудь Машке, у твоих Ленки с Анькой еще бы и глаза от ненависти сузились.

Четвертая аксиома. *Не выпадай из круга своих.*

Это только в сказке принц женится на нищей безграмотной Золушке, а принцесса выбирает себе в жены грязного трубочиста. В жизни так не получается.

Отношения между вами быстро развалятся, если твои родители состоятельны, а твой избранник в одних и тех же штанах третий год ходит.

Я понимаю, это звучит цинично, но, к сожалению, это так.

Этот же совет относится к иерархии в классе.

Он может тебя подтянуть к себе. Если за «вытягивание» возьмешься ты – и себя расстроишь, и парень недоволен останется. Потому что в нашем обществе еще сильно убеждение – мужчина добытчик, он должен быть сильнее женщины.

В каждом классе есть своя иерархия, свои касты.

Яркие интересные девчонки, избранные.

Скромный середнячок.

И тихое болото. Из тех, кого либо все десять лет не замечают, либо гнобят.

Изредка встречаются независимые личности, у которых есть свои интересы на стороне.

Еще бывают пофигисты, которым на все всегда плевать. Но это уже вымирающий тип.

Миграция между этими группами бывает не часто. Дружба еще реже. Любовь почти никогда.

Чтобы дружба завязалась, необходима та самая «миграция» из касты в касту, а уж потом все остальное. Иначе не миновать вам войны Монтекки и Капулетти, которая ничем хорошим для вас не закончится.

Информация

Монтекки и Капулетти – два враждующих между

собой семейства из трагедии Уильяма Шекспира «Ромео и Джульетта». Главные герои этой трагедии потому и не смогли быть вместе, что принадлежали к разным «кланам».

«Но это же несправедливо!» – возмущенно топнешь ты ногой.

Несправедливо, а что поделаешь? Взрослая жизнь штука несправедливая. Годам к пятнадцати ты это поймешь. Справедливость – моральная категория, которую придумали люди. Придумали! В природе ее не существует.

Волк съедает зайца. Сильнейший убивает слабейшего. У кого-то папа удачливый бизнесмен и в школу дочку возит на иномарке, а тебе не удается у матери выпросить деньги на новый портфель. У Ленки фигура замечательная, а ты новую юбку опять застегнуть не можешь, и никакие диеты не помогают. Несправедливо. Но что ж поделаешь?

У Аньки с Ленкой и фигурки ничего себе, и ноги длинные и ровные, и волосы густые. Еще они вместе ходят в художественную школу, а Ленка успевает и в музыкальную. И почерк у них хороший, а ты, как ни стараешься, все вкривь и вкось, что стало уже вечным предметом шуток у русички.

Бывает.

Вокруг Ленки и Аньки ребята толпой стоят; как школьная дискотека, так ни та, ни другая ни на секунду не останавливаются. А ты все в сторонке и в сторонке. И Сережка Махота, проходя мимо тебя, даже головы не поворачивает.

А хочется.

Пятая аксиома. *Никогда ни с кем себя не сравнивай.*

Как бы тебе ни хотелось, ростом с Аньку ты все равно не будешь, и таких же кудрявых и пышных волос, как у Ленки, тебе не отрастить. Художественными талантами тебя судьба обошла – ни петь, ни рисовать, ни на балалайке играть. Остается спорт, остаются прикладные вещи.

Шестая аксиома. *В достижении цели нельзя лениться.*

Пойди ухаживать за кроликами и займись верховой ездой. Выбери себе какое-то необычное занятие. Дайвинг. Скалолазание. Складывание оригами. То, от чего у всех головы в твою сторону повернутся, когда на вопрос классной руководительницы, чем ты вчера весь вечер занималась, ты встанешь и между делом

бросишь: «У нас в клубе был слет эльфов. Я никак не могла».

Все удивятся, кинутся выяснять, что за клуб и что за эльфы такие. И ты спокойно расскажешь, что уже два месяца занимаешься ролевыми играми, что вы каждую среду устраиваете Большую Игру – то «Властелина колец» Толкиена разыгрываете, то нашествие татар на Москву 1382 года восстанавливаете. Поведаешь, и как доспехи сами делаете, и как костюмы эльфов шьете.

Все, считай, что повышенный интерес в классе тебе обеспечен. Хотя к тому моменту интерес одноклассников тебе будет ни к чему, потому что в клубе у тебя появится достаточно друзей и объектов внимания.

Не ленись – и все у тебя будет. И не злись на себя и на окружающее, что чего-то пока у тебя нет. Каждый проживает свою жизнь. У Ленки с Анькой она своя. А у тебя – своя собственная, отдельная от других, эксклюзивная.

Седьмая аксиома. *Не копайся в своих недостатках, помни о своих достоинствах.*

Красивым быть хорошо. Умным легко живется, и уроки они делают за пять минут. Творческие люди все из себя такие загадочные и интересные.

Ты же обладаешь своими достоинствами:

Ты добрая.

Ты внимательная.

Ты терпеливая.

В конце концов, у тебя такое чувство юмора, от твоих шуточек все парни от хохота под стол падают.

Найди в себе те положительные качества, которые будут тебя выделять среди других. Впиши их сюда:

1.
2.
3.

Внешняя красота Ленки и Аньки бросается в глаза. На нее и «клюют» мальчишки. Но это все временное. Пройдет пять лет, девчонки изменятся, и от былой красоты может ничего не остаться. А вот умение слушать, заботиться о других, помочь в трудную минуту от тебя никуда не денется. И около кого будут все эти Сережки и Сашки?

Правильно. Рядом с тобой.

Несколько практических приемов, которые можно использовать при знакомстве.

На вечеринке тебе понравился парень, но вы не знакомы, и ты

не знаешь, как с ним познакомиться:

1. Вдохни побольше воздуха, подойти к нему и представься. Может, он сам чувствует себя неуютно оттого, что многих здесь не знает. Своим поступком ты здорово облегчишь ему жизнь.

2. Он знает твое имя. Ты продолжаешь стоять рядом и не знаешь, как продолжить разговор. Он выжидательно на тебя смотрит. Обратись к нему с просьбой или вопросом (вопрос хорошо бы заготовить заранее). Стоя перед парнем, придумать его будет сложно. Спроси, откуда он, как здесь оказался, кто его привел, интересно ли ему здесь. Попроси помочь тебе найти чистый стакан или бутылку воды.

3. Подумай о том, что твоему незнакомцу тоже может понадобиться помощь. Так предложи ее! Но прежде чем предлагать, понаблюдай. Он хочет вымыть руки, но не знает, где туалет. Он хочет что-то узнать, но не знает, к кому обратиться. В конце концов, на губе у него повисла крошка от торта. Все ходят, хихикают, а ты предупреди его об этом.

4. Верный вариант – комплимент. Конечно, девушке парню делать комплимент не красиво. Но вовремя ввернутое замечание о красивой прическе, удачном сочетании цвета рубашки и галстука, красивом букете цветов, подаренном хозяйке вечера, – лишним не будет.

5. Не можешь пересилить свою робость? Используй посредника. Поймай пробегающую мимо подругу и попроси вас представить. Пускай подруга подойдет и скажет, что в этой комнате парнем кое-кто интересуется. Это его заинтригует. Только подбери правильного посредника. Они с парнем должны хотя бы немного знать друг друга и быть в хороших отношениях. Если их мнение друг о друге не очень хорошее, то твои рекомендации будут не самыми лучшими.

Ты можешь сказать, что давать советы легко. А если ты застенчива до слез, занятий в твоем городке – только в окно смотреть, а Петька без всякого повода посылает тебя куда подальше? Что же – со всеми этими недугами можно бороться. Об этом мы и поговорим.

Эпизод второй
«Познай самоё себя!»

Глава, в основном состоящая из тестов и вопросов, получив ответы на которые ты сама о себе многое узнаешь, приблизишься к разгадке собственного смысла жизни и попробуешь определиться с будущей профессией.

Пример

Всю жизнь я мечтала научиться играть на музыкальном инструменте. Больше всего мне нравилось фортепиано. Родители не разделяли моего пристрастия, поэтому меня записывали в секции плавания, волейбола, легкой атлетики, только не на музыку. В 14 лет, когда я поняла, что многие музыкальные инструменты для меня уже потеряны, я взялась осваивать гитару в местном клубе. Дело пошло успешно, через год вместе с клубными ребятами я выступала на каком-то концерте. Нашего преподавателя мы звали Паганини. Он был высок, худ, имел длинные тонкие пальцы, божественно играл на гитаре и плюс ко всему был сумасшедшим. Он утверждал, что не раз встречался с инопланетянами и посещал их летательные аппараты. Вроде бы инопланетяне ему рассказали, что в ближайшее время они будут проводить чистку землян. Останется от силы треть – те, кто познали сами себя через музыку и кто имеет отношение к творчеству. Мы крепко держались за грифы гитар, всем своим видом показывая, что к творчеству, а тем более к музыке имеем непосредственное отношение. Зачистка была назначена на ближайшую осень. Произошла она или нет, я так и не узнала, потому что из-за ряда обстоятельств перестала ходить в клуб и Паганини больше никогда не видела.

* * *

Солнце жгло, как будто не осень на дворе была, а самое что ни на есть лето. Светка Павлова сидела на своем излюбленном

месте и жмурилась на яркое солнце.

Неожиданно ее носу стало холодно. Светка приоткрыла один глаз и с удивлением увидела перед собой Веронику.

– Что, опять тренировку отменили? – спросила она, чувствуя, как в душе у нее рождается тревога. Вероника просто так никогда не приходила.

– А ты чего не в школе? – парировала баскетболистка. – Сейчас же только одиннадцать.

– Школу взорвали, – машинально пошутила Павлова. – Всех распустили на ближайшую пару лет.

– Взорвали, значит? – Вероника сложила свои длинные ноги, нагнула голову и втиснулась в узкие детские качели. – А меня из секции выгоняют.

– Тебя? Выгоняют? – От удивления Светка чуть с лавочки не свалилась.

– Тренер сказал, что у меня прыжок низкий и подача неточная. – Вероника изо всех сил крепилась, чтобы не заплакать. – И если к следующей игре я не отработаю проход, меня выгонят.

– Как же так? – В Светкину голову не приходило ни одной стоящей идеи по части утешения. Утешать она не умела. – Что же делать?

– Ничего, – пожала острыми плечами Вероника. – Буду поступать в физкультурный институт, стану тренером в школе.

– Физручкой? – ахнула Светка. Ужасней профессии она и представить не могла.

– А Нинель Петровна сказала, – раздался у них за спиной неприятно скрипучий голосок, – что двойку тебе в четверти по поведению поставит. И по физике тоже.

– Иди отсюда!

Если бы у Светки было чем кинуть, она бы не пожалела и метнула в назойливую Таньку Половинкину чем-нибудь тяжелым. Но под рукой была только лавочка, а ею особенно не покидаешься.

– А еще она собралась звонить твоим родителям, – с безопасного расстояния крикнула Танька.

– Брысь!

Предусмотрительная Танька встала за спиной Вероники, и брошенный в нее портфель был перехвачен сильной рукой баскетболистки.

– Откуда ты все знаешь? – вздохнула Вероника, возвращая портфель обратно. – Может, у тебя в ухе приборчик стоит, а по нему все новости передают?

– Знаю, и все тут. – Половинкина не собиралась делиться

своими секретами. – А Нинель Петровна…

– Иди и целуйся со своей Нинель Петровной! – не выдержала Светка. – Мне плевать, что она обо мне говорит. Я актрисой стану, а актрисам физика не нужна.

Половинкина сделала несколько шагов назад.

– Пожалуешься ей, убью! – зло прошептала Светка, приподнимаясь.

Танька метнулась в сторону и исчезла за бортиком хоккейного поля.

– Везет ей, – снова вздохнула Вероника.

– Чего это ей везет? – фыркнула Павлова. – Да эту малярию все ненавидят!

– Зато она точно знает, что делает и кем будет.

– Прорабом она будет, у нее следить за всеми хорошо получается, – выпалила Светка.

– Да хоть кем, – вздохнула Вероника, и по щеке у нее побежала слезинка. – А я даже не представляю, кем стать…

Пока героини думают над своей судьбой, я расскажу сказку.

В одном королевстве жил-был дровосек, и была у него дочка. Дровосек рано овдовел и решил жениться второй раз. Но с женой ему не повезло. Она оказалась сварливая, злая, да и две ее дочери тоже оказались не сахар.

Что было дальше – ты и так знаешь. Дочку дровосека прозвали Золушкой за то, что она все время возилась в золе и была вечно ею перепачкана. Сестры Золушку всячески унижали, мачеха постоянно ругала. Чтобы не пустить Золушку на бал, мачеха дала ей много заданий. Нужно было перебрать крупу, натереть пол, выполоть грядки, вырастить розы, а главное – познать самоё себя. Появившаяся вовремя крестная Волшебница избавила девушку от непосильной работы и отправила на бал, прибавив, что «самоё себя Золушка познает на балу».

Так и получилось. Золушка встретила Принца, они полюбили друг друга, и жизнь их с этого момента изменилась.

Выходит, что для полного счастья надо немного – познать саму себя и разобраться в своих желаниях и пристрастиях.

Вроде бы пустячок, а как сделать это – вопрос большой. Некоторые всю жизнь пытаются разобраться в себе, да так ничего и не понимают.

А тут еще поиск смысла жизни подкрадывается. И все не устраивает, и все идет не так. Короче, сплошные страдания, никаких радостей.

Мальчишкам в этом отношении легче, они свой смысл жизни ищут через испытания. Перебежал дорогу перед грузовиком,

значит, герой. Полез ночью на башенный кран – подвиг совершил. Когда перед тобой опасность – смысл жизни находится очень легко. Этот смысл в борьбе за выживание.

Мы же попытаемся разобраться в себе по-тихому. Мы же девочки, а девочкам не пристало по деревьям лазить (это в твоем-то возрасте!) и ударами железной трубы проверять, чей лоб крепче.

Вовремя разобраться в своих вкусах и пристрастиях очень важно.

Бывает, что человек всю жизнь работает зубным протезистом, хотя все эти коронки и пломбы терпеть не может. Но терпит, работает, его даже хвалят как хорошего специалиста. И только под старость он понимает, что его счастье не во вставных челюстях. Что душа его всю жизнь стремилась, например, к проектированию домов.

Но жизнь уже прошла, и назад ее не вернешь.

А для полного счастья нужно было всего ничего. Не торопиться с выбором профессии, не слушаться настойчивых советов мамы или папы, что зубные протезисты во все времена требуются и всегда получают хорошие деньги. А покопаться в себе, вытащить на свет свою затаенную мечту о художественном училище и отправиться в «свободное плаванье», не боясь ни грядущей неизвестности, ни предрекаемой всеми маловероятной бедности.

«Что же делать? – спросишь ты. – Жизнь такая сложная штука».

Для начала я тебе скажу, что делать НЕ НАДО.

НЕ НАДО РАЗ. *Как бы тебе ни было плохо, не смей себя жалеть.* Жалость – чувство не продуктивное. Оно ничем тебе не поможет, только еще больше вгонит тебя в грустное состояние. Подходящее чувство для тебя сейчас злость. Разозлись на себя, и ты удивишься, как много ты сможешь сделать.

НЕ НАДО ДВА. *Упреками, что что-то не сделала, не вгоняй себя еще больше в унылое состояние*. Тебе из него надо срочно выбираться, а не закапываться глубже.

НЕ НАДО ТРИ. *Никогда заранее не бойся провала.* Результат зависит от твоих мыслей. Думаешь о плохом – плохое получаешь. Идешь кататься на коньках, боишься упасть – упадешь, да еще связки сильно потянешь. Молишь только о том, чтобы тебе не достался пятый билет. Не сомневайся, он сам прыгнет тебе в руку. Твоя фантазия сама подсказывает дальнейший сценарий развития событий.

Сидит сейчас Вероника и тоскует. А ведь еще ничего не произошло. Ее не выгнали. Ей только пообещали, что выгонят,

если…

Дальше будет сидеть и жалеть себя, выгонят точно. Не пора ли вставать с лавочки и становиться хозяином своей судьбы? Пойти потренироваться, отработать прием? И чем быстрее она начнет это делать, тем лучше.

Как из этого состояния выйти? Легко! Переключить энергию, которую ты сейчас тратишь на жалость к самой себе, на что-нибудь полезное. Например, похвалить себя за что-то, порадоваться за подругу (что очень сложно, но если напрячься, то может очень даже хорошо получиться), выбросить, наконец, все ненужные бумажки из портфеля, разобраться в письменном столе, полить увядающий фикус.

И с надеждой посмотреть в будущее, которое прекрасно!

«Что там прекрасного в этом будущем, если ничего не понятно», – слышу я твое ворчание.

Сейчас разберемся с твоими «непонятками», попробуем найти твой смысл существования, определить, в какую профессию тебе лучше податься. Решишь с будущей профессией, заполучишь себе в руки Синюю Птицу, ЦЕЛЬ ЖИЗНИ. А с целью жить станет гораздо легче.

Здесь есть и еще один плюс. Чем раньше ты придумаешь, в какой области ты собираешься совершать свои жизненные подвиги, тем раньше ты начнешь к этим подвигам готовиться.

Будущая актриса пойдет в театральный кружок, геолог наляжет на химию и биологию, медик подучит анатомию. Да и в некоторые вузы подготовительные курсы начинаются за два года до поступления, а не за пять дней, как ты думаешь.

Возраст 12–13 лет не самый лучший для самоопределения. Вокруг столько всего интересного, тебя бросает из крайности в крайность – то хочется быть художницей, а то продавщицей в отделе елочных игрушек.

Поэтому не надейся, что я назову твою точную профессию. Мы только направление определим, узнаем, гуманитарий ты или технарь, работать ли тебе с бумажками и с людьми или сидеть за компьютером и решать сложные технические задачи.

Но прежде мы проведем небольшой тест, чтобы узнать, готова ли ты сегодня самоопределяться, в подходящем ли ты настроении. Если ответ будет отрицательный, то лучше сегодня сложным делом познания самой себя не заниматься – не в том ты расположении духа. Погуляй, подумай о хорошем, посмотри веселую комедию. Жизнь наладится, тогда и за тесты возьмешься.

Тест

Отвечать на него надо «да» или «нет». Отвечать быстро, не задумываясь. Первая мысль и будет истинной. Если ты начнешь размышлять, то ответ пойдет от ума, а не от сердца.

1. Считаешь ли ты, что тебя преследуют неудачи? Например, контрольные писать выпадает только тебе, не успеешь подойти к перекрестку, как сразу же зажигается красный, в очереди всегда перед тобой заканчиваются хлеб и молоко (если «да», то ставь себе 5 баллов, «нет» – 0)

2. Когда совершаешь какой-нибудь поступок, думаешь ли ты о том, что по этому поводу будут говорить родители и учителя, и, предвидя их недовольство, способна ли ты отказаться от этого поступка? Например, ты решила притащишь домой с улицы грязного несчастного щенка и уже почти донесла его до подъезда, но тут представила выражение лица мамы, громкие вопли папы и вернула щенка туда, откуда взяла. Или, например, тебе дали деньги на завтраки за октябрь. Проходя мимо киоска с музыкой, ты увидела последний диск твоей любимой группы. Рука, естественно, тянется в карман, но в последний момент останавливается. Если мама узнает… (Только отвечать по-честному. Наверняка, сбегая с уроков ботаники, ты ни секунды не думала о том, что мама или папа, не говоря уже об учителях, будут недовольны. Ты надеялась, что пронесет («да» – 0 баллов, «нет» – 5 баллов)

3. У тебя состоялся неприятный разговор с директором или завучем. Стоя перед ними, ты лепетала что-то невнятное. Но как только директор (или завуч) скрылся за углом, в голове твоей созрело двадцать пять аргументов, как объяснить твой полет со второго этажа на роликах. Да и Ленка в подобной ситуации очень ловко ответила бы. А ты… Ты часто вспоминаешь неприятный разговор и «проигрываешь» его в голове несколько раз, причем каждый раз ответы твои становятся все лучше и лучше? (если «да» – 0 баллов, «нет» – 5 баллов)

4. Контрольная написана и проверена. И так получилось, что у всех двойки-тройки и только у тебя пятерка. Выходит вперед учитель и начинает перед всеми тебя нахваливать. Смутишься ли ты? (если «да» – 0

баллов, «нет» – 5 баллов)

5. Можешь ли ты длительное время находиться в одиночестве, чтобы никому не звонить, ни с кем не перекрикиваться с балкона на балкон и не выскакивать на минутку на лестничную клетку? Общение с телевизором одиночеством не считается («да» – 0 баллов, «нет» – 5 баллов)

6. Вышла ты из дома, а в кармане ни копейки. А у Таньки Захаровой, которую ты догнала по дороге, аж сто рублей, на которые она собирается на большой перемене напокупать себе мороженого. Портится ли у тебя настроение оттого, что у тебя денег нет? Расстраивает ли тебя, что твои родители беднее родителей Захаровой? («да» – 0 баллов, «нет» – 5)

7. Часто ли тебя посещают опасения, что сейчас должно случиться что-то очень плохое? («да» – 0 баллов, «нет» – 5 баллов)

8. Можешь ли ты не соглашаться с мнением класса? Все считают, что Семенова дура, а тебе она кажется очень милым и добрым человеком, и ты не стесняешься об этом всем говорить («да, можешь» – 5 баллов, «нет» – 0 баллов)

9. Чувствуешь ли ты себя хорошо такой, какая ты есть? («да» – 5 баллов, «нет» – 0 баллов)

10. Трудно ли тебе проявлять свои чувства к другим людям? Например, тебе не нравится Петрова, а ты вынуждена с ней рядом сидеть, чтобы на контрольных списывать. Или нравится тебе Иванов, а ты все губы себе искусаешь, все ногти сгрызешь по локоть, но ни за что не подойдешь, не заговоришь с ним («да, трудно» – 0 баллов, «нет» – 5 баллов)

Считаем результаты. Складываем все пятерки и нули, это не так сложно.

Если набралось *от 35 до 50 очков* (а так оно и есть, потому что в твоем возрасте любить себя – вполне нормальное явление). Ты очень себя любишь и уверена в своих поступках. Живешь по принципу французского короля Людовика XIV «Государство – это я!» В том смысле, что Земля крутится не вокруг своей оси и вокруг Солнца, а исключительно вокруг тебя. Глупые вопросы типа: «Что скажет мама?» и «Какой же я была вчера дурой!» тебя не волнуют. С подругами у тебя хорошие отношения, учителя тебя особенно не достают. В делах у тебя все тип-топ. Жизнь прекрасна и удивительна. С

тобой охотно общаются девчонки, парни, проходя мимо, тоже могут что-нибудь сказать хорошее.

От 15 до 30 очков: О такой глупости, как любить себя или нет, ты не задумываешься. Ты живешь, продираясь через препоны, которые преподносит тебе судьба в лице преподавателей и родителей. Родителей не выбирают, а учителей приходится терпеть всего каких-то десять лет. Но ничего, ты пробьешься, от учебы еще никто не помирал. Ты не очень довольна своей внешностью и тем, как с тобой разговаривает соседка по парте. Ты слишком погружена в себя и свои проблемы, чтобы замечать что-то в окружающих.

От 0 до 15 очков: «Что-то происходит в Датском королевстве» – как сказал один из героев трагедии Шекспира «Гамлет». И вода последнее время какая-то мокрая, и асфальт заметно почернел и стал жестким, и солнце как-то припекает. Последние десять лет жизнь явно не задается. Ты все время боишься, что произойдет что-то плохое, и твое ожидание сбывается. А все потому, что мысль материальна. Чего боишься, то непременно случается. Пришло время менять свои взгляды. Жизнь не так плоха, как тебе кажется! Надо приложить небольшое усилие, а дальше все само пойдет.

Если результаты теста положительные, ты справилась со своей хандрой, настроение хорошее, за окошком светит яркое солнышко или идет веселый дождь – тогда вперед к познанию самой себя. Но если ты набрала всего 0 очков, однако оказалась в состоянии пройти тест до конца – у тебя есть повод похвалить себя. И… тоже начать пытаться оптимистично смотреть в будущее.

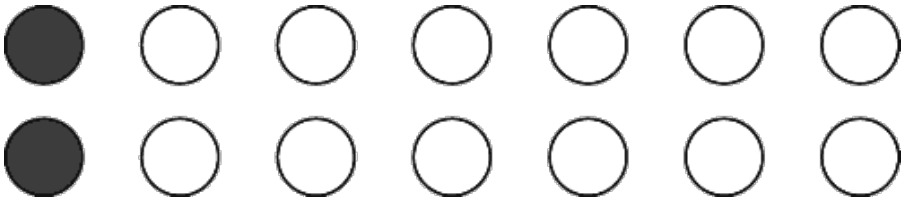
Попробуем разобраться, что тебе ближе, хорошо ли тебе с твоими друзьями, а с кем стоит общаться поменьше. Заодно глянем, какой род деятельности тебе предпочесть.

Во время выполнения задания важно замечать (а лучше записывать на полях), как ты выполняла задание – быстро или медленно, что писала в первую очередь. Пиши, пиши, потом пригодится.

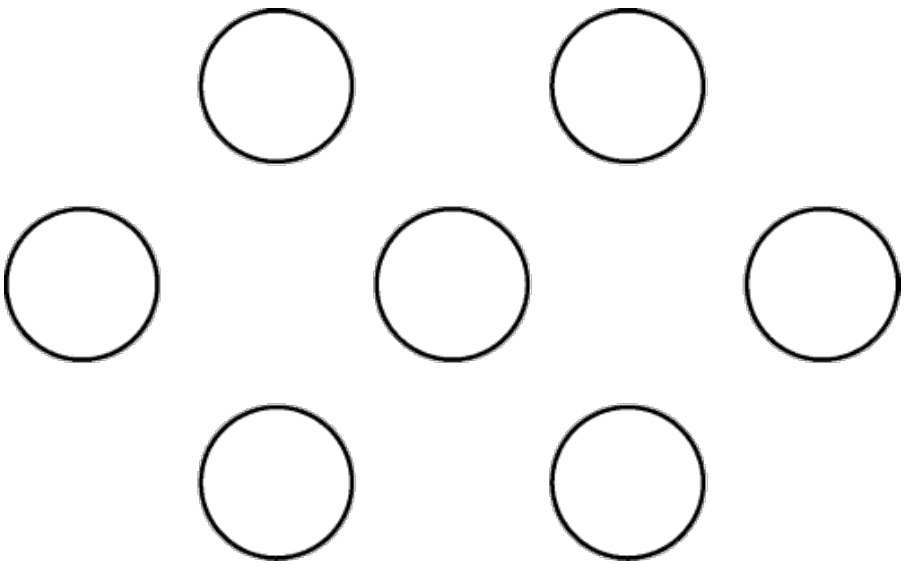
1. Посмотри на круги и определи, где ты? Поставь в выбранном кружочке галочку.

2. Ты живешь с папой и мамой? Напиши внутри первого круга (он специально закрашен), предположим, «мама». Или «папа». Если в первом «мама», то вписывай «папа» в кружок снизу.

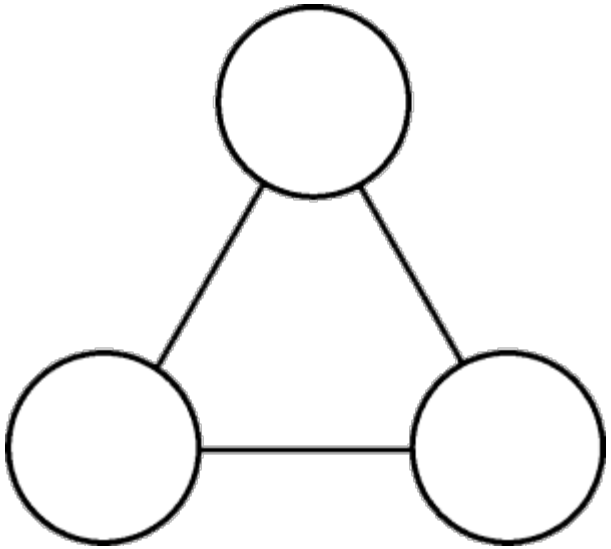
Внимательно посмотри на ряд кружков и определи, где находишься ты. Сначала в первом ряду, потом во втором. Ставь галочки.



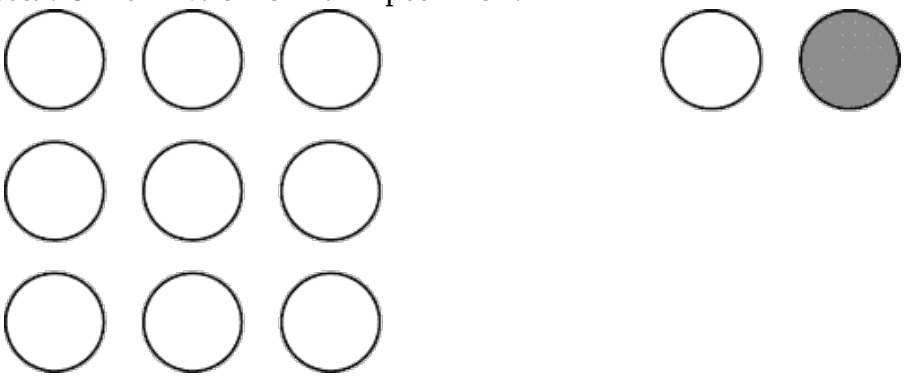
3. Здесь семь кружков. Поставь галочку там, где находишься ты, подпиши, где находятся твои родители.



4. Вокруг тебя можно выделить три группы людей – родители, учителя, друзья. Перед тобой три кружка. Напиши, где кто находится. И точкой обозначь, где находишься ты.



5. Здесь две группы кружков – девять и два. Найди среди них себя. Отметь галочкой или крестиком.



6. Перед тобой точка, вертикальная линия, треугольник, квадрат, пятиугольник, шестиугольник, звезда. Какая фигура тебе больше всего нравится? Какая фигура больше всего похожа на тебя?

7. А теперь – внимание! Перед тобой пять фигур – квадрат, треугольник, прямоугольник, круг и зигзаг. Выбери из них ту фигуру, в отношении которой ты можешь сказать: «Это – я!» – ту, что понравилась тебе больше всего. Выбери ту, что не нравится больше всего.

Отметила? Запомнила? Смотрим, что получилось.

Задания ты выполняла быстро или долго размышляла? Если быстро, то в твоих отношениях с людьми нет ничего сложного, ты приятный в общении человек. Ты скорее направлена на общение, то есть твоя будущая профессия должна быть связана с людьми.

Ты долго не решалась поставить галочку. И даже когда поставила, пару раз переправила? Ты нерешительна, друзей у тебя мало. Ты считаешь, что родители тебя не очень понимают, а друзья еще не доросли до общения с тобой. По-моему, ты слишком закопалась в себе, пора выбираться из своей скорлупы. А из профессий тебе больше подойдет работа с техникой, где не так часто тебя будут доставать коллеги по работе.

Оцениваем результаты.

1. Если твоя «галочка» *улетела влево* – ты хорошо себя чувствуешь в коллективе, человек компанейский и один на один со сложной машиной (например, с компьютером или с разобранным пылесосом) долго не протянешь – компания тебе нужна.

«Галочка» *уплыла вправо* – с окружением у тебя явная незадача, ты предпочитаешь одиночество, а если тебя и вытаскивают на шумную вечеринку, то вести ты себя там стараешься незаметно.

Серединка на половинку – все зависит от настроения. В классе ты особо не выделяешься, не рвешься в лидеры, но и в откровенные изгои не стремишься попасть.

2. Кого первым написала – тот и является для тебя в жизни главным. *Написала маму* – ты ориентируешься на маму, больше с ней общаешься, с каким-нибудь вопросом в первую очередь пойдешь именно к ней. *Написала папу* – и такое бывает. Значит, с отцом тебе комфортней, чем с матерью. Открытые искренние отношения с родственниками – ты *поставила галочку рядом с их кружочками*. Ты слегка закрываешься от них, вы в хороших отношениях, но у каждого свои секреты – *3—4-й кружок от начала*. Неважнецкие у вас отношения, а по-простому, плохие – ты себя видишь *в самых дальних от родителей кружках*. Ты этого не замечала? Самое время задуматься.

3. Это вопрос на воображение. Прочитав задание, ты подняла глаза к потолку и мысленно представила себя, своих родичей, может, подругу, быстренько расставила их по местам и поставила галочки. В твоих отношениях все понятно. Если представлять тебе было сложно –

путаная ты девушка, у тебя все не просто так.

Если ты себя ставишь *выше других* (галочка в верхних кружочках) – мир лежит около твоих ног. Ты считаешь себя достаточно осведомленной в этой жизни. К таким уверенным, как ты, люди тянутся. Рядом с твоей уверенностью и им становится теплее. Возможно, ты заводила в классе, на любой вечеринке идеи из тебя сыпятся нескончаемым потоком. Ты много где успеваешь и в учебе тоже стараешься не отставать от других.

Родителей ты отметила рядом? Причем обоих в одном кружочке? У вас хорошие отношения, то, что принято называть дружескими.

Родители на ступеньку ниже тебя. Нормальная позиция. Родители пока работают на тебя, поэтому они на втором месте в твоих мыслях. Ты – главная персона.

Родители на третьем уровне, с большим отрывом от тебя. У вас неважнецкие отношения. Со своими проблемами ты скорее пойдешь к подругам, чем к маме с папой. Общего языка у вас нет, ты и не пытаешься его найти. Кормят-поят – и на том спасибо.

По расположению кружочков *мама ближе, чем папа*, да еще и мама нарисована раньше папы. Твой авторитет – мама. Возможно, папа столько времени проводит на работе, что ты его почти не видишь и не общаешься. Если же роль зарабатывания денег в твоей семье взяла на себя мама и за ужином ты чаще встречаешься с папой, чем с ней, то в первую очередь ты написала отца – редко, но у девочек так бывает.

Ты выбрала для себя средний ряд. Перед локомотивом ты бежать не будешь, но и за ним не пристроишься. Тебе удобно быть в компании. Когда спрашивают, кто пойдет добровольцем в подшефный класс, руку вверх ты не поднимешь. И не потому, что не любишь кричаще-галдящих первоклашек. У тебя у самой есть младшая сестра, с которой ты с удовольствием возишься. Ты не любишь высовываться, хотя с удовольствием принимаешь приглашения на всякие празднества и тусовки.

Родители стоят рядом – у вас полный мир и согласие. Вы даже вместе в походы ходите.

Родители выше тебя – в вашем доме можно слышать разговор на повышенных тонах и чаще тебе приходится подчиняться, делая то, что не хочется.

Родители на нижнем ряду. В школе тебе интересней,

чем дома. Все новости ты узнаешь от подруг, а не от родителей.

Ты выбрала для своего местопребывания *нижний ряд*. Тебе удобно сидеть за твоей последней партой у окна и быть незаметной. Даже когда считают количество людей в классе, тебя могут пропустить. Сейчас тебя это не сильно задевает. Главное, чтобы твоя незаметность продержалась подольше. Не сложились отношения в классе? Родители всю ночь били посуду и ругались? Тебя обидели на улице? Тебе хочется стать дождевой каплей и утечь в речку? Если ты знаешь за собой такие особенности и тебе это не нравится, самое время выбираться на поверхность. Ты в себе не замечала вышеперечисленных качеств? Тогда посмотри, кто там чирикает за окном, и прекрати грызть ручку. Все в твоих руках.

Родители рядом. Как говорится, яблоко от яблони не далеко падает. У тихих спокойных родителей часто встречаются такие же тихие дети. Сама атмосфера семьи на них давит, заставляя, так сказать, «пригибаться» к полу. Но тебя еще ждут свои маленькие «революции», когда ты попытаешься «прорвать блокаду» и выйти в свободное плавание.

Родители сверху на одну позицию. Твои мама с папой существуют по принципу – пока ты живешь в их доме, ты маленькая и изволь делать, как тебе было сказано. При твоей «спокойности» командовать тобой не так сложно.

Родители выше тебя на две позиции. Родители демиурги и правители вашего маленького королевства, а ты занимаешь в нем самое ничтожное положение. Это еще накладывается на конфликты в классе, отсутствие друзей (или их измену) – короче, полоса жизни явно темная. Сейчас можно утешаться тем, что в конце концов это пройдет и над твоей палаткой взойдет солнце. А если подобные утешения не для тебя, то будем исправлять ситуацию. Но об этом позже.

4. Кого написала в первую очередь – тот и является для тебя авторитетом. Для малышей из первых классов на первом месте будут родители (верхний кружок), потом учителя (кружок слева) и только потом друзья (кружок справа). Первоклашки еще не очень хорошо общаются друг с другом, родители для них являются пока значимыми фигурами. Да и учителей они еще побаиваются.

Если тебе лет 12–13, то *в первую очередь ты пишешь друзей* (верхний кружок), потом идут родители (слева) и в конце учителя (справа). В зависимости от того, с кем у тебя лучше отношения, – родители и учителя будут меняться местами.

Если у тебя нелады в классе, учишься ты плоховато, часто прогуливаешь, то *вверх могут вылезти родители*, а друзья и учителя отойти на второй план.

Если же *на первом месте появляются учителя* – ты не только хорошо учишься, тебе нравится это делать. В классе тебя наверняка зовут ботаничкой и подлизой. Но тебе на этот класс плевать, тебя дома ждет новая книга, которую тебе дал учитель по литературе. Мамину записку, где лежит обед и как его разогреть, ты не заметишь. Подхватишь бутерброд и закроешься в своей комнате. Что же – эта позиция тоже жизнеспособна. В конце концов, это твоя жизнь, и ты вправе выбирать себе лидера.

В 15–16 лет, когда ты переориентируешься на учебу, когда поймешь, что для поступления в институт тебе еще многого не хватает, то *на первое место у тебя тоже выйдут учителя*. Но если твоя голова сейчас занята делами амурными, то во всех кружочках у тебя будут *друзья* или любовь.

5. Тест, насколько ты хорошо себя чувствуешь в «стае».

Ты нашла себя *среди девяти кружочков* – стая принимает тебя, ты можешь в ней затеряться и быть одной из них. Ты чувствуешь себя чуть выше стаи (верхний ряд), равноправным членом (средний ряд центр), не самым сильным и популярным бойцом (нижний ряд) – но вы все вместе.

Ты выбрала *кружок в стороне*. Кажется, комментарии уже излишни. Ты – Иная. Коллектив тебя изгнал или ты сама ушла. А может, ты пишешь стихи и в мечтах витаешь далеко-далеко отсюда? Значит, ты осознаешь свою индивидуальность. Рановато для твоего возраста. Но, черт возьми, как приятно чувствовать свою инаковость.

Черный кружок. Не самая лучшая позиция. Ты не просто иная. Ты инопланетянка и с трудом понимаешь, как тебя занесло на эту убогую планету, когда в созвездии Альдебарана тебя поджидают фиолетовые фикусы, зеленое небо и черные бабочки размером со

слона. Твой любимый поэт Лермонтов, ты часто почитываешь его «Демона» (если не читала, советую прочитать, тебе понравится). А может, все совсем плохо и тебя упорно преследует кличка Чучело?

6. Чем сложнее ты выбрала фигуру, тем более многогранным человеком ты себя ощущаешь. Творческие люди выбирают звезду, она вся такая заковыристая и загадочная. Для тебя нормально квадрат-пятиугольник. Пятиугольник связан с цифрой пять, а это само по себе о многом говорит. Прямая линия – ты натура скрытная, не выдаешь свои секреты. Или наоборот, ты слишком легкомысленна и проста. Для тебя в жизни не существует сложностей, горизонт чист. Завидное состояние. Оно говорит о том, что тебе либо еще не так много лет, либо о том, что родители о тебе слишком пекутся, не пуская в «большую жизнь».

Сделаем небольшой вывод.

Если по всем тестам выходит, что **ты лидер**, ощущаешь себя выше всех и ценнее, то тебе стоит искать профессию, где можно самовыразиться. Любая профессия подразумевает хорошее выполнение и похвалу за успех. Но удел продавца или смотрителя в музее не для тебя. Тебя привлекают законы человеческих отношений. В сторону бухгалтерские бумажки и нудные журналистские отчеты. Политик, оратор, организатор своего дела, социолог (это человек, занимающийся «законами толпы», он умеет прогнозировать события в человеческом обществе), учитель (вот где проявятся твои лидерские качества), актер (ах, запах кулис, аплодисменты, цветы…).

Если по тестам выходит, что ты **тихий середнячок** (не обижайся на это слово), везде ты себя ставишь рядом с кем-то, – без коллектива тебе никак не прожить. Значит, далекие экспедиции, одинокие зимовки и кругосветные путешествия на плоту не для тебя. В будущем тебе улыбнется работа в большой корпорации, где все вертится, крутится, происходят глобальные события, где планеты сходят со своих орбит и загораются сверхновые. Бухгалтер, секретарь, всякого рода технологи, да хоть оператор машинного доения, по-простому доярка, – тоже достойное занятие.

Жизнь тебя уже успела помять и поломать, ты **пуганая волчица** и предпочитаешь держаться подальше от стаи. Из таких, как ты, вырастают «компьютерные

черви» (девочки среди них редки, но встречаются), творческие люди (стихи, стихи и еще раз стихи!) и тихие нетребовательные работники во всех областях, где нужно поменьше бегать, поменьше сталкиваться с другими людьми.

Твое ощущение себя «ниже всех» – состояние временное. Кто-то обидел, день не задался, любимая собака пропала, на улице дождь (а я предупреждала, что в таком состоянии лучше за тесты не садиться, получится одно расстройство). Если же твое состояние принимает критическую форму, то с этим нужно (и можно!) бороться. Об этом мы поговорим в Эпизоде Седьмом, там будут советы, как справляться с бедами.

7. А теперь посмотрим, что ты за фрукт, а вернее, что за фигура.

Квадрат. Привет, отличники и хорошисты! Ты человек организованный и трудолюбивый, дома на твоем письменном столе всегда порядок. Карандаши в пенале остро отточены, ручки всех цветов радуги. Но иногда и ты даешь промашку. Слишком увлекшись мелочами, совершаешь большие ошибки. Ты упрямо идешь к своей цели, например, к золотой медали или к тому, чтобы Серега пошел-таки с тобой гулять. Рубль у тебя попросить взаймы тяжело. Не дашь. Самой пригодится. Правда, ты еще не придумала зачем. Учиться ты любишь. В своем желании дойти до истины бываешь занудна. Из таких, как ты, получаются хорошие бизнес-леди и учителя.

Треугольник. Ты заводила и хохотушка. Во снах ты видишь себя великой актрисой или Наполеоном. Тебе нравится быть в центре внимания, а значит, кавалеров у тебя явно больше одного. Кто первый предложил устроить вечеринку в честь Дня Всех Святых? Конечно, ты! Ты спортсменка, любишь соревноваться и побеждать, но принцип «главное не финиш, а участие» – не для тебя. Для тебя важна победа!

Круг. Ты легко сходишься с людьми. Приблизительно так же, как колобок. Отправившись путешествовать из домика бабушки и дедушки, он с лету определил, что ни заяц, ни волк ему не помеха. Ну, с лисой ошибочка вышла. А кто в наше время не ошибается? Ты с удовольствием встречаешься с новыми людьми. Тебе нравится за ними наблюдать. Любимое занятие на уроке – изучать реакцию учителя на тот или

иной раздражитель. На сопение Сидорова, на хлопающую форточку, на перешептывающихся Петрову и Иванову, на скрипучие ботинки Борисова. Ты сразу можешь определить, хороший перед тобой человек или плохой. Ты умеешь сделать так, чтобы людям вокруг тебя было хорошо. Правда, порой ты слишком подстраиваешься под человека, забывая о своих интересах. Твоя стихия – литература и история. К математике ты прохладна.

Прямоугольник. Ты человек, все подвергающий сомнению. Где сомнение – там желание во всем разобраться, а значит, ты любознательная и смелая. Пока не узнаешь, почему что-то там шебуршится в темном углу, не успокоишься. Ты легко решаешь сложные задачи – тебе интересен сам процесс решения. Ты не постоянна в своих интересах, мнениях, оценках, так как не знаешь, что для тебя действительно важно. Неустойчивая фигура. Вероятно, у тебя плохое настроение или тебя что-то расстроило, вот ты и выбрала прямоугольник. Уверена, что в следующий раз ты выберешь фигуру понадежней.

Зигзаг. Такую сложную форму выбирают обычно существа творческие. Зигзаг необычен, выделяется из общего ряда, агрессивен (поэтому же его могут выбрать отъявленные хулиганки и прогульщицы). Ты редко когда на уроках отвечаешь заученными фразами. Ответ сам рождается в твоей голове, поэтому ты любишь литературу и историю, где можно порассуждать и поспорить. Ты интересная собеседница. Если рождается идея повести вечеринку, то советоваться идут к тебе.

Из всего выходит, что *круг или зигзаг* – это чистой воды гуманитарии, учителя, актеры, психологи, журналисты. Им тяжело будет весь день возиться с бумажками или сидеть за компьютером. Лучше уж машины продавать, зато каждый раз с новыми людьми можно встречаться.

Прямоугольники скорее любят сидеть дома и проводить время за компьютером, из них получаются настоящие «компьютерные черви».

Из *квадратов* вырастают хорошие организаторы, ответственные бухгалтеры и большие начальники. Они любят работать с бумагой и с техникой, умеют находить нужную информацию. Из них выходят замечательные врачи и добрые учителя.

Что у тебя там получилось со второй фигурой? С той, что тебе совсем не понравилась? Именно ее-то и выбрала твоя лучшая подруга? Подумай о том, насколько подруга твоя лучшая. Друзья обычно выбирают одинаковые фигуры или похожие: круг и зигзаг, квадрат и треугольник. У подруги прямоугольник? Это неплохо. Эта фигура устраивает всех, потому что прямоугольник податлив и неуверен в себе.

* * *

Вероника совсем сникла. Качели, поддаваясь ее настроению, скрипели.

– Ну все, – неожиданно девушка как-то собралась и предстала перед Светкой во весь свой гигантский рост. – Пойду я в зал. Там сейчас малышня тренируется, погоняю с ними мяч.

Вероника уходила. И странное дело – чем дальше она отходила от лавочек, тем прямее становилась у нее спина, тем увереннее она начинала идти.

Светка засопела. Она всегда немного завидовала людям, искренне чем-либо увлекающимся. Начать ей, что ли, самой коллекционировать спичечные коробки или проездные билеты?

Хлопнула подъездная дверь, и на улице появилась Олечка Тихомирова, с неизменным пакетом в одной руке и сторублевкой в другой. Она мило улыбнулась Светке и повернула налево.

«В магазин пошла», – догадалась Светка и вдруг вскочила.

– Стой! – закричала она так громко, что пугливая Тихомирова вздрогнула. – Иди сюда! Вопрос есть.

– Мне в магазин надо, – залепетала Олечка. – Меня мама…

– Подождет! – бесцеремонно перебила ее Светка. – Скажешь, что в магазине очередь была. Тихомирова, ты знаешь, кем станешь, когда вырастешь?

Олечка повела себя странно. Она запнулась, не дойдя до лавочек нескольких шагов, густо покраснела и потупила глаза.

– Чего там у тебя за тайны? Выкладывай, – подогнала ее Светка.

– Врачом, – прошептала Тихомирова, и румянец на ее щеках стал пунцовым.

– Тьфу ты! – выдохнула Павлова. – Я-то подумала… Врачом? Тоже мне профессия – в чужих болячках ковыряться. Зачем тебе это?

– Я буду маму лечить, – простодушно ответила Олечка, присаживаясь на лавочку.

– Маму? – мрачно хмыкнула Светка. – Так… И давно ты это

надумала?

– Ее – с детского сада. Я даже на курсы хожу.

– На курсы она ходит… – У Павловой снова стало портиться настроение. У какой-то замухрышки есть желание, а у нее нет. – Ну, а мне чем заняться?

– А что тебе нравится? – Тихомирова была готова помочь всегда и во всем.

– Ничего мне не нравится. – Светка от расстройства готова была разрыдаться. А ведь день так хорошо начинался. – Школа не нравится, родители не нравятся. Людей видеть не могу!

– А животных ты любишь? – улыбнулась Олечка, принимая разговор за чистую монету.

– Это свиней, что ли? – Павлова уже жалела, что связалась с этой тихоней.

– Почему? Есть еще лошади, собаки, кошки, коровы…

– Только коров мне сейчас не хватает, – мрачно произнесла Светка, заметив вдалеке знакомую фиолетовую куртку. – Уйди отсюда! – крикнула она в сторону гаражей.

Тихомирова испуганно вскочила. Но Павлова смотрела не на нее, а на припаркованную ядовито-зеленую иномарку.

– Сейчас по чайнику получишь!

Иномарка на Светкины угрозы ответила жалобным попискиванием.

– А Нинель Петровна сказала, что если ты не появишься в школе… – раздалось из-за машины.

– Ну, все, Штирлиц недобитый! – Светка вскочила.

Когда из-за машины выбежала Танька Половинкина, сигнализация в машине заорала дурным голосом. Павлова перемахнула через лавочку, чуть не уронив с нее Олечку, и побежала следом за стремительно удаляющейся фигурой.

Вернулась Светка очень скоро, правда, не с Танькой, а с Лешей-Сережей.

Леша-Сережа был маленький худенький мальчишка лет двенадцати. Свое двойное имя он заработал за то, что первые полгода в школе называл себя то Лешей, то Сережей. Под конец все запутались, как зовут это ушастое чудо, и оставили ему двойное имя.

– Убежала, – с горечью доложила Павлова терпеливо дожидающейся ее Олечке. – Я и не знала, что она бегать умеет.

– Она же чемпионка, – в глазах у Олечки было искреннее удивление, – пятиборьем занимается.

– Чем? – От удивления Светка чуть мимо лавки не села.

– В спортивную школу ходит, – улыбнулась Тихомирова, радуясь, что может что-то интересное рассказать знакомой. – Она

же в высшую школу милиции собирается поступать. А там конкурс большой.

Светка и не заметила, как у нее от удивления открылся рот. Вот так живешь, живешь, никого не трогаешь, думаешь, что все вокруг знаешь, что люди для тебя ясны и понятны. А тут – бац. И ничего-то ты, оказывается, не знаешь.

– Ну, а ты кем хочешь быть? – мрачно повернулась Светка к Леше-Сереже.

– Я еще не знаю, – хитро улыбнулся мальчишка, и на душе у Светки сразу как-то полегчало – хоть один человек попался, кто еще не знает, чем будет заниматься. Но радовалась она не долго, потому что Леша-Сережа широко улыбнулся и начал перечислять: – Сначала я стану поваром, потом парашютистом, летчиком еще буду, известным артистом, хоккеистом, водителем больших грузовиков, бизнесменом, таким, что побогаче, а еще… – На секунду Леша-Сережа зажмурился. – А, да! – вспомнил он. – Еще хочу подводником быть и кругосветное путешествие совершить.

– А подводник – это тот, кто на подводной лодке плавает? – в полном обалдении спросила Светка.

– Это тот, кто с аквалангом под воду погружается, – с презрением в голосе ответил Леша-Сережа.

– А не много ли ты себе профессий выбрал? – рассердилась Светка – какая-то мелюзга будет так с ней разговаривать.

– Мне хватит, – насупился Леша-Сережа и пошел прочь.

– Может, мне тоже в подводники заделаться? – пробормотала Павлова.

– Будешь рыб изучать? – тут же подхватила разговор Олечка.

– Нет, – разозлилась Светка. – Лягу на дно и прикинусь ветошью, чтобы ничего не делать.

Она подхватила свой портфель и пошла к школе. У нее совершенно пропало настроение греться на солнышке, когда вокруг нее ходят такие целеустремленные люди. Ей же нечего было хотеть, потому что ничего, кроме лавочки и двора, она не знала. Была слабая надежда на школу – может быть, там ей удастся хоть что-нибудь для себя найти.

Пока Светка топает в поисках своей цели, я тебе открою 7 условий, как найти себя и не заблудиться в труднопроходимом лесу жизни.

1. Если тебе что-то очень хочется попробовать – пробуй! Всему свое время, возникшее сейчас желание может больше не повториться. Ты хочешь стать актрисой, а все вокруг только головами качают, мол, куда с такой рожей да в калашный ряд. Не слушай никого, хочешь, иди поступать в театральный, только

профессионал способен разглядеть твой талант. Мечтаешь играть на пианино, но родителям сейчас явно не до тебя? Дойди до музыкальной школы сама. Это сложно – сделать самостоятельный шаг. Но надо только начать, дальше пойдет легче. Ты еще собой гордиться будешь. Хочешь изучать мамонтов – иди в палеонтологический кружок. Делай что-нибудь, только не сиди!

2. Не завидуй чужим успехам – добивайся своих. У тебя не идут физика с химией и тебя это сильно расстраивает? Нашла из-за чего нервничать! Все поняли задачку по тригонометрии, одна ты сидишь и хлопаешь ресницами? Не беда, образное мышление есть не у всех. Зато ты замечательно оформила классный стенд, да и КВНы с «огоньками» без тебя не обходятся, и торт для вечеринки самый вкусный испекла именно ты. Не надо быть во всем лучшей, будь лучшей в чем-то одном.

3. Поменьше слушайся чужих советов. Сотня примеров того, как выбор профессии делался «за компанию». Подруга пошла в лесопромышленный техникум, и я за ней. Будет с кем на переменах поговорить. Ты живешь свою жизнь, и проживи ее сама. И если тебе не хочется наследовать от папеньки его крупную фирму по выпуску жестяных чайников, сто раз подумай, прежде чем соглашаться на то, чтобы идти против своих желаний. Все равно в конце концов пожалеешь.

4. Жизнь – это не то, что тебя окружает, а то, что ты об окружающем думаешь. Последнюю неделю ты в мрачном

настроении, жизнь – сплошные страдания. А почему? Потому что ты **считаешь**, что Серега на тебя косо посмотрел, математичка на тебя взъелась, мать тебя не любит, а все друзья-подружки форменные «козлы». На самом деле все может быть не так. Серега просто погружен в свои мысли, математичка ругает тебя не меньше остальных, вчера мама пришла уставшая, с головной болью, а ты ко всем ее расстройствам еще и посуду не вымыла, и в грязных уличных кроссовках протопала в свою комнату. *Поменяй свое мнение о жизни, и она станет разноцветной!*

5. Не спеши. Выбор всегда сложен. Поживи немного со своими сомнениями – податься мне в комбайнеры или стать модельером. Есть такой действенный, хоть и смешной метод. Перед сном нужно несколько раз прокрутить в голове свой вопрос, уснуть с ним. Может, через день, может, через неделю решение придет к тебе само. Ты поймешь, что всю жизнь мечтала вставать с рассветом и видеть, как желтый поток зерна сыпется в кузов машины.

6. Никогда не бойся разочаровать родителей. Все, что от тебя хотят папа с мамой, это их проблемы. Это ОНИ хотят, чтобы ты стала переводчиком, вышла замуж за дипломата и жила в какой-нибудь сильно развитой стране. А ты хочешь разводить цветы и укладывать асфальт в родном городе. Но ты учишь этот чертов язык, хоть он и не умещается у тебя в голове, поступаешь на иняз. Снова учишь язык, ненавидишь все вокруг и с этой ненавистью живешь не такую уж и длинную жизнь.

Информация

На всю жизнь нам отпущено всего полмиллиона часов. Подумай об этом!

7. Если никаких желаний нет, *просто живи*, занимайся то одним, то другим. Не может быть, чтобы ты за всю жизнь так ничем и не захотела заняться всерьез.

Эпизод третий
Правда о пятерках, или Краткая классификация учителей

Глава о главных врагах твоего успеха, об отличниках и о том, как ими становятся.

Пример

Физичка за что-то взъелась на Вовку Кошелева. Не нравился он ей – и все тут. Ее нелюбовь сказывалась на Вовкиных отметках. Трояки на него полились, как вода из дырявого ведра. Однажды физичка влепила ему двойку, решив, что на последней контрольной он списывал. Самые большие борцы за справедливость решили исправить эту ситуацию. Они стащили журнал и исправили пару Вовкиных отметок на более достойные. Причем входили в эту группу активистов не самые последние люди класса – первая красавица, отличница и еще две шустрые девчонки, которые всегда отличались примерным поведением.

Разразился скандал – исправления были замечены. Борцов за справедливость особо сильно не наказали – старались-то они не для себя. Зато физичка, забросив Кошелева, переключилась на чересчур активных девочек. Золотую медаль в классе так никто и не получил.

* * *

– Да она дура набитая, что ты от нее хочешь! – кричала Светка Павлова, и щеки ее от крика становились красными. – Что она понимает?

Перед ней на безопасном расстоянии сидела ее одноклассница Машка Подгорнова.

Обсуждался щекотливый момент.

Сегодня в школе на уроке литературы говорили о повести Н.В. Гоголя «Тарас Бульба». Решался сложный вопрос – осуждать или нет сына Тараса Бульбы, Андрия, ради любви предавшего

своих.

Тема вызвала живейший интерес, даже Светка высказала свое решительное мнение о том, что ради любви можно и не на такую жертву пойти. При этом она выразительно косилась в сторону Кольки Решеткина, но тот увлеченно играл в «морской бой», безжалостно отправляя на дно корабли соседа по парте.

Кроме Кольки, все остальные понимающе качали головами.

Но тут встала отличница Юлька Мартьянова и, как Ленин на очередном съезде партии, прочитала короткую лекцию о том, что Павлова ничего не понимает в литературе, что Андрий последняя сволочь, а Тараса Бульбу жалко. Под конец Юлька не только своим взглядом прожгла Светку насквозь, но и снова добавила, что к литературе нельзя подходить с мещанских позиций «нравится – не нравится», «как в жизни – не как в жизни».

У Павловой было сильное желание запустить в зазнавшуюся Мартьянову чем-нибудь тяжелым, например партой. Но ее вовремя остановила соседка Машка Подгорнова.

Надо ли говорить, что с остальных уроков Светка ушла. С ней за компанию сбежала Машка. Вдвоем они сидели и спорили. Предметом спора была Юлька Мартьянова, несгибаемая отличница класса.

Отличники – это отдельная каста людей. Чтобы быть отличником (или отличницей) – нужно иметь бронебойный характер. Но обо всем по порядку.

Отличники бывают разные.

Случайные. Ничего особенного они не читают, рассказы учителей слушают вполуха. Но – везет. Как ни вызовут, либо вопрос легкий, либо именно об этом успела прочитать на перемене, либо еще двадцать пять причин. И пятерки сыпятся на него как из рога изобилия. Правда, такая халява может быстро закончиться. Еще отличниками становятся любимцы учителей или дети важных родителей. Например, дочка начальницы РУНО или сын министра. Обидишь такого отпрыска – он еще маме пожалуется.

Гении. Встречаются обычно среди мальчишек. Этих психов видно издалека – витают за облаками, что-то бормочут себе под нос, взгляд рассеянный, лохматые и неуклюжие, под партой читают толстые энциклопедии или последнее издание сочинений философа Канта. Такому человеку все дается легко, он давно уже изучил квантовую физику, дочитывает папин учебник по высшей математике, играет на всех музыкальных инструментах сразу. Девчонки среди таких людей редкость, как мамонты среди слонов. Но встречаются. В жизни это люди довольно безобидные, потому что слишком увлечены доказательством недоказуемой теоремы, открытием новой нотной грамоты или изобретением очередного философского камня. Они мало слушают на уроках, потому что все давно знают. Это особый мир «запятерочья», куда простому смертному как до древнегреческих богов на Олимпе.

Информация

Древние греки считали, что боги живут на вершине горы Олимп. Особо почитаемыми у них были Зевс, Гера, Афродита, Гермес и другие. Ясно, что простым смертным среди богов делать было нечего.

Трудоголики. Еще с детского сада родители настраивают

своих детей: «Пойдешь в школу, будешь пятерки получать. Ты же у меня умница!» И первую пару лет «умница» именно пятерки и получает. А чего там? Прочитать по слогам, палочки сложить, таблицу умножения выучить. Когда дело доходит до сочинений на заданную тему, пропорций и причастных оборотов, пятерки в дневнике «умницы» заменяются четверками и тройками. Но есть уникумы, которые успевают сделать все уроки, прочитать всю дополнительную литературу, да еще и к урокам на полгода вперед подготовиться. Они все время «пашут». Взгляд у них целеустремленный. Их сложно сбить с пути. На контакт они идут редко и неохотно – времени нет на посторонние предметы. В своей целеустремленности они не замечают препятствий в лице одноклассников. Им не понятна способность некоторых личностей бессмысленно смотреть в окно или без толку проводить время. У них-то, у отличниц, занятие есть всегда.

Среди таких «тружеников тетрадки и учебника» девчонок встречается гораздо больше, чем мальчишек.

Именно такой «упертой» отличницей и была Юлька Мартьянова.

* * *

– У нее в голове ни одной своей мысли! Все из книжек, – бушевала Павлова. Машка в ответ молча кивала головой. – Зубрилка она! – забивала последний гвоздь в гроб Мартьяновой Светка. – Спросишь сверх программы – не ответит.

Себя Павлова причисляла к людям сообразительным, кто не гонится за общеизвестными фактами, а обо всем имеет свое мнение.

– Подумаешь, человек пятерки получает! – пожимала плечами Машка Подгорнова. – Я тоже пятерку получить могу!

– Но это несправедливо! – крикнула Светка так громко, что воробьи сорвались с куста и с возмущенным чириканьем умчались прочь.

Почему же несправедливо? Отличницы сами строят свою судьбу, идут наперекор тому, что им изначально выдано природой. Они бьются до победного конца за право стать лучшими, и борьба эта вознаграждается.

Перчатка на землю, конь на дыбы, в руке пика, и в бой с опущенным забралом.

Люди по разным причинам начинают «воевать» за пятерки.

Во-первых, хорошая учеба уже сейчас может гарантировать

поступление в престижный вуз, а в ближайшем будущем и неплохую работу.

Во-вторых, родичи за хорошие отметки могут и десятку накинуть и на пятьдесят рублей расщедриться, что в любом случае неплохо. А там, глядишь, и на что ценное наберется. Да и любят родители тебя за пятерки больше, чем за все остальные отметки.

В-третьих, двойки и тройки становятся лишним поводом для семейных ссор и скандалов, а их и так выше крыши. Пятерки же создают видимый покой в семье.

В-четвертых, хорошая учеба заменяет тебе всю жизнь. Ты даже не находишь время выйти на улицу, пообщаться со сверстниками, тем самым оттягивая момент вхождения во взрослую жизнь, со всеми ее неудачами, сомнениями и необходимостью решать «неподвластные» тебе задачи. Например, задача общения с мальчишками, разруливание обыкновенных ссор.

Делает ли гонка за пятерками людей счастливыми? Вряд ли. Раз уж взял высокую планку, ее нужно держать. И малейшая ошибка влечет за собой большие неприятности. С вершины вниз летят долго и о землю ударяются больно.

Настоящая отличница должна получать пятерки по всем предметам, а ей, например, нравится физика с английским и совершенно не идет история. Другой бы забил на историю и копался в своих «правилах буравчика» и «броуновском движении». А отличнице, хочешь не хочешь, учи. Ей, бедняжке, приходится переступать через «не хочу» и работать.

Информация

«Броуновское движение» – физическое понятие, беспорядочное движение мельчайших частиц в жидкости или газе.

«Правило буравчика» – тоже из области физики, по-умному определение звучит так: направление напряженности магнитного поля прямолинейного проводника с током.

Есть такой момент, что пятерки кому-то ставят по инерции. Не обидишь ведь отличника плохой отметкой, да и общую успеваемость класса портить не хочется…

Отметка не является оценкой твоих знаний. Это мнение

учителя о тебе и о твоей способности говорить. Способность говорить у тебя ниже среднего, а отсюда и все твои четверки и тройки.

Разыщи где-нибудь учебник риторики, полистай его. Научишься складно формулировать свои мысли, а там и дело до разговора с учителями дойдет.

Стоит ли расстраиваться из-за плохих отметок? Смотря что ты хочешь получить. При поступлении в институт оценки в аттестате никого не волнуют. Ты можешь иметь в школе твердую тройку по математике, а поступить на физико-математический факультет МГУ. А все потому, что школьная математичка считала, что тригонометрию на «пять» знает Господь Бог, она сама на «четыре», а все остальные на «три» и ниже, вплоть до «минус десяти».

Отметки важны для получения медалей. Ты можешь положить десять лучших лет своей жизни, чтобы заработать на шею желтый кружочек на голубой ленточке, обделяя себя самым интересным в жизни – общением с друзьями, прогулками, походами на концерты и хорошим крепким сном. Что ты потом будешь вспоминать о школе? Что бесконечно таскалась с кипой учебников? Что вместо вечеринок и тусовок после школы уныло брела в библиотеку?

Впрочем, каждый вправе выбирать свою судьбу.

Если ты готова жертвовать всем ради умильной улыбки мамы, заметившей в твоем дневнике еще одну партию пятерок, то будь готова к затяжной борьбе.

Предположим, что идея стать отличницей тебя все же посетила. Тогда проверим, есть ли в тебе усидчивость и терпение. А то, может, лучше за такое сложное дело и не браться? Только время потеряешь.

Посмотрим, **насколько ты в состоянии выполнить задуманное.** На вопросы нужно ответить «да» или «нет».

1. Уважаешь ли ты дружбу? («да» – 1, «нет» – 0)
2. Нравится ли тебе все новое? («да» – 0, «нет» – 1)
3. Тебе купили новую юбку, но ты лучше наденешь старую – в ней привычней и удобней. («да» – 1, «нет» – 0)
4. Бываешь ли ты довольна жизнью без всяких на то причин? («да» – 0, «нет» – 1)
5. Меняла ли ты более трех раз выбор будущей профессии? («да» – 0, «нет» – 1)
6. Лишаешься ли ты уверенности в себе, когда предстоит выполнить трудное задание? («да» – 0, «нет» – 1)

7. Коллекционируешь ли ты что-нибудь? («да» – 1, «нет» – 0)

8. Часто ли ты меняешь свои планы в последний момент? («да» – 0, «нет» – 1)

Все быстренько посчитали. Больше восьми получиться не должно. Если получилось, то напоминаю, что $1 + 1 = 2$, а не 3.

• Набралось свыше *6 баллов*. Можешь смело пускаться в бой за свои пятерки и медали. Свои решения ты меняешь редко, ты человек спокойный и уверенный в себе.

• *От 3 до 6 баллов*. А может, лучше пойти в кино? Все равно завтра ты передумаешь вступать в борьбу за пятерку и найдешь себе какое-нибудь более «смешное» занятие. Хотя… Если бы ты была настойчивой и постоянной, ты добилась бы гораздо большего. Да хоть той же самой золотой медали.

• *Меньше 3 баллов*. Пятерки тебе не нужны. Ты не очень веришь в свои силы. А грезы о пятерках – это наивные мечты о том времени, когда от тебя все отстанут. Ты можешь взяться за дело, но скоро все равно его бросишь. Ты мало доверяешь людям, и родителям в том числе.

Как говорил герой в одном фильме: «Вижу цель, не вижу препятствий!» И при этом резво начинал штурмовать бетонные стены, пытаясь пройти их насквозь.

Чтобы не бить лбы и поберечь прическу, разберемся с препятствиями (с целью на данный момент мы уже разобрались – наполучать кучу пятерок).

Препятствий в получении своих честно заработанных отметок у тебя два.

Первое, и главное, – твоя ЛЕНЬ. Кому охота потерять вечер за учебниками, когда вероятность вызова к доске равна один к тридцати? (Или сколько у вас ребят в классе? Пятьдесят? Значит, вероятность еще ниже.)

«Да какая лень? – начнешь возражать ты. – Десять уроков, потом бальные танцы и кружок макраме. Домой доползаешь в полном изнеможении. На телевизор сил не хватает. Про уроки вспоминать не хочется».

Все так. Но при отсутствии желания можно найти любую отмазку. Банальную лень прикрыть оправданием в полном отсутствии времени, в недосыпании и недоедании – это милое дело.

Да что мы рассуждаем. Сейчас возьмем и проверим, **ленива ли ты**. А то, может, и правда во все это влезать не стоит. Лень штука серьезная, с ней бороться нужно хирургическими методами.

Перед тобой десять вопросов, на которые нужно ответить «да» или «нет». Причем за «да» поставить себе 1 балл, за «нет» ничего себе не ставить. В итоге должно получиться не более 10 баллов (вопросов-то десять). Если получилось больше, то напоминаю, что $3+1=4$, а не 5.

1. Если ты дома не одна, то никогда не снимаешь телефонную трубку, надеясь, что это сделает кто-то другой. Если же ты одна, то телефонный звонок не выдергивает тебя из кресла. Ты собираешься с силами, тем самым пропуская три-четыре гудка.
2. Ты любишь поваляться в постели, вскакиваешь в последний момент и в школу обычно опаздываешь.
3. Не любишь ходить пешком, даже одну остановку предпочитаешь проехать на автобусе.
4. Твой самый нелюбимый урок в школе – физкультура, предложения пойти прогуляться по парку ты отвергаешь, а на велосипеде последний раз каталась еще во младенчестве, да и то на трехколесном.
5. Смотреть телевизор или читать ты любишь, лежа на диване.
6. Пару часов в день ты посвящаешь «ничегонеделанию» – посидеть, помечтать, в окно посмотреть.
7. После школы ты редко ищешь себе дополнительное занятие.
8. Если поблизости нет урны, то можешь бросить мусор и на землю.
9. Никогда не подметаешь под кроватью или за мебелью, да и вообще уборка не твоя стезя.
10. Если тебя назначают дежурной в классе, то стараешься сделать так, чтобы твоя подруга сделала больше. А если ты убираешься одна, то создашь скорее видимость работы, чем работаешь.

• Ты с хохотом узнала себя в каждом пункте, набрала 12 очков (а на деле *от 8 до 10*) и осталась собой довольной – что же, я тебя поздравляю. Лень родилась чуть раньше тебя и забралась в твою колыбель. Вы с ней неразлучные друзья. В активности тебя вряд ли кто обвинит, большего друга, чем диван, телевизор и

холодильник, у тебя нет. Одноклассники давно махнули на тебя рукой, а мама устала с тобой ругаться. Может, пора брать себя в руки и начать хоть что-то делать? Чем раньше ты вступишь в борьбу со своей ленью, тем будет легче ее победить. Да и за фигурой надо следить. Приятно утешать себя мыслью, что девушки в теле нравятся парням ничуть не меньше, чем тощие кильки, но лучше не обольщаться. Ленивых девушек не любит никто.

• *От 4 до 7 баллов.* Небольшая лень вполне в норме нашей жизни. Главное, чтобы она не стала командовать твоей жизнью.

• *От 3 и меньше.* Твой девиз «Выше! Дальше! Сильнее!» Твоей активности завидуют подружки и исходят ядовитой слюной недоброжелатели. Ты успеваешь везде, ходишь в десяток кружков и в три секции. Учеба дается тебе легко. И если ты захочешь, ты станешь не только отличницей, но и школу за три года закончишь.

Что же, с первым противником мы разобрались. Кстати, наша героиня Светка Павлова может сколько угодно говорить, что скучнее места, чем школа, она не знает, что от тоски в этой самой школе все мухи подохли… Короче, в школу она ни ногой.

На самом деле говорит все это Светка под диктовку своей верной спутницы ЛЕНИ. Будь Светка чуть поактивней, она нашла бы себе более интересное занятие, чем сидение на лавочке и изливание желчи на проходящих мимо. Лень бывает трех видов:

– лень выполнять определенную работу;

– лень действовать вообще;

– лень действовать в определенное время суток или в определенном месте.

С определенной работой справиться не так сложно – от нее можно либо отказаться, либо сделать ее приятной.

Я так понимаю, что лень твоя в основном распространяется на уроки. От них не откажешься. А поменять к ним отношение можно.

Для этого надо:

Придумать себе систему небольших поощрений. Решила задачу – съела бутерброд с икрой или пять минут посмотрела в окно.

Устроить соревнования. Например, договориться с одноклассницей Ленкой, что сядете делать домашку одновременно и будете звонить после каждого выполненного

задания. И кто быстрее. Только бы телефон не заняла мама или старшая сестра.

Воспринимать неприятное задание как игру. Например, ты Штирлиц, и тебе надо расшифровать послание. Для этого ты решаешь пример 134, 135 и 140.

Стоит держать в памяти конечный результат. Он может быть ближайший – дорешаешь и пойдешь в кино. Чуть подальше – правильно решишь, лучше поймешь следующую тему; лучше поймешь следующую тему – получишь пятерку в четверти; получишь пятерку в четверти – и в году пятерка выйти может. Как цель сойдет и мамино спокойствие. Постепенно от радости по поводу цели перейти к радости по поводу процесса. Дело сложное, но реальное.

С тобой может случиться лень, если ты не очень хорошо понимаешь, зачем выполняешь какую-то работу. Это хорошо видно на примере уроков. Тебе не понятно, зачем тебя грузят всей этой тригонометрией и черчением, ты не можешь врубиться ни в одну формулу.

Вспомни, зачем ты ходишь в школу. Чтобы общаться с ребятами, чтобы узнавать что-то новое, чтобы поступить в институт, чтобы выбиться в люди, чтобы в будущем получить престижную работу. Подумай об этом, и школьная жизнь перестанет быть такой тягомотной.

Лень может формироваться от неправильного образа жизни. Не делать зарядку, не гулять и не заниматься спортом, есть поменьше овощей и фруктов, ложиться спать только после полуночи, отравлять свой организм никотином и спиртными напитками – и вот уже лень расцвела в тебе махровым цветом. Не случайно твои мечты «начать новую жизнь с понедельника» разбиваются именно о первый пункт – зарядка. Если ты сможешь сделать этот первый реальный шаг прочь от лени, то считай, что победа на твоей стороне.

С ленью в определенное время и бороться не стоит. Если тебя днем клонит в сон, не трави себя чаем с кофе. Ляг, отдохни. Зато вечер проведешь с пользой. С утренней ленью ничем тебе помочь не могу. Так уж заведено, что большинство ребят учатся по утрам. Если вставать в семь утра для тебя пытка, переводись в школу, где есть вторая смена.

Второй твой противник посложнее. Это УЧИТЕЛЯ.

Изначально учитель ничего плохого в твой адрес не затевает. Если он хороший и ему нравится его работа, то он хочет передать тебе свои знания, чтобы ты стала лучше и умнее, выбрала бы профессию и счастливо прожила отпущенные тебе триста лет.

Если свое ремесло учитель тихо ненавидит, тебе остается, желательно без ущерба для здоровья, проводить школьные часы, занимаясь своими делами.

Разновидностей учителей можно придумать много. Трудоголики, жалобщики, оптимисты и пессимисты. Все они более-менее знают свой предмет и худо-бедно знания свои тебе передают.

Но бывают люди с отклонениями. Где их только не встретишь! Люди, страдающие всякими там психическими болезнями, попадаются везде. И школа, к сожалению, не исключение.

Учителя тоже люди, у них бывают свои заморочки. Кто-то, как истинный тиран, поддерживает в классе жесткую дисциплину, прислушивается к полету мухи и скрипу ручек. Кто-то требует вызубривать учебник от корки до корки и успокаивается только тогда, когда даже при пробуждении среди ночи ты отвечаешь определение прямой и обратной пропорции.

Есть учителя-лентяи, которые будут травить анекдоты, рассказывать байки, читать посреди учебного года вслух Довлатова и Стругацких, а о своем предмете спохватятся только тогда, когда неожиданно нагрянет конец учебного года и из вышестоящих инстанций пришлют городскую контрольную. Или ты вдруг сама вспомнишь, что собралась поступать на гуманитарный факультет, а в проблемах «Войны и мира» ни в зуб ногой. Такого учителя все очень любят, потому что он классный мужик, с ним можно поговорить обо всем. А предмет… Ну, что ж, когда-нибудь дойдет дело и до всех этих «Муму» и «Горе от ума».

Есть совсем крайние случаи – учитель-садист, распускающий руки. Чаще всего это случается в младших классах, но бывает и в старших.

Учитель бьет тебя линейкой или указкой? Твои учебники с тетрадками периодически совершают путешествие с парты на пол? Твой затылок до сих пор помнит тяжелую учительскую длань?

Ни в коем случае нельзя этого допускать, а тем более терпеть!

Тебя никто не имеет права трогать!

Глупо надеяться, что учитель в конце концов опомнится и станет мягким и пушистым. Не станет. Стерпишь раз, стерпишь два, дальше рукоприкладство пойдет по нарастающей, и ты его уже ничем не остановишь.

«Не буду же я с ним драться», – слышу я твой лепечущий голосок.

А драться и не надо. Есть такой документ, называется

«Конвенция о правах ребенка», там черным по белому написано, что рукоприкладство в адрес детей запрещено.

Так что в путь – защищать свои права.

Для начала стоит все рассказать директору или завучу. Желательно, чтобы при этом ты была не одна, а еще с несколькими «пострадавшими».

Учителя-драчуны не сумасшедшие. Одного замечания со стороны директора им может быть достаточно, чтобы прекратить свои опыты по вышибанию мозгов из несчастных детских голов.

Поговорите с другими учителями. Не все же они монстры, должен среди десяти взрослых найтись хотя бы один нормальный. Коллективное мнение о человеке вещь серьезная и для взрослых важная. Когда за спиной подобного драчуна, да и в лицо ему тоже, станут говорить, что он бездарный педагог, раз дело дошло до драк, когда его начнут осуждать, а это особенно любят делать люди пожилого возраста, ситуация заметно изменится.

Все эти способы не помогли? Рассказывай все родителям, пусть они оформляют жалобу письменно и передают через секретариат на имя директора или все того же завуча. Ваше заявление должны зарегистрировать, а потом еще и ответить на него.

Опять не помогло? Пусть родители обещают дойти до РУНО (Районное управление народного образования), до газет, стучат ботинком по столу, требуя управы на психа.

Школа будет вынуждена принять меры. Даже если этот садист родной брат директора. Учителя переведут в другую школу. Никто ведь не хочет огласки такого неприятного инцидента.

Не стоит опасаться, что твоя борьба за свои права как-то скажется на успеваемости по этому предмету. Если это произойдет, можно снова пройти все предыдущие пути – директор, завуч, родители, РУНО.

В твоем возрасте надо уметь бороться за свои права.

Можно прикрываться красивыми фразами типа: «Что возьмешь с дурака-учителя?» А дурак он уже потому, что не смог на словах человеку сильно младше его объяснить, что он от него хочет.

Удобная позиция, но бесполезная.

Во-первых, рукоприкладство учителя плохо сказывается на твоей самооценке. Как ты себя чувствуешь после того, как тяжелая рука учителя прошлась по твоей макушке или деревянная линейка опустилась на твою спину? Маленькой побитой собачкой? И ты хочешь остаться такой моськой на всю

жизнь? Или ты уже лелеешь в голове планы мести? Как учителю на голову падает кирпич? Как его переезжает самосвал? Как его начинают преследовать несчастья и он молит на коленях у тебя прощения?

Не надейся, ничего такого не произойдет. Ты можешь договориться с какими-нибудь парнями и по принципу «против лома нет приема, окромя другого лома» попросить их отомстить за тебя. Так вы и будете дубасить друг друга до бесконечности? Озлобленный взрослый может не на шутку разойтись.

Пора становиться умнее. Закон на твоей стороне.

Кстати, то же самое стоит проделать, если тебя задевают одноклассники или здоровенные лбы старше тебя.

Терпеть? А как же твоя гордость? Не можешь ответить? Их больше? Боишься, если скажешь учителю, то тебя все посчитают предательницей и трусом?

Какое здесь предательство? Банальная борьба за выживание.

Хочешь, чтобы тебя били дальше, получаешь от этого несказанное удовольствие? Терпи. Нет, делай что-нибудь. Но не действуй их же методами. Это тупиковый вариант.

Ну, а чтобы жизнь была не такой скучной и мрачной, я открою один секрет. Когда грозная математичка зовет тебя к доске и обещает обрушить на твою несчастную голову все кары небесные, сама представь, что на голову этой самой математички что-нибудь падает. Например, картина. Или под сидящей математичкой неожиданно подламывается ножка стула, и она оказывается на полу.

Представь – и тебе сразу станет легко и весело. Тебе будет все равно, что она там кричит и какие ужасти обещает. Пускай шумит.

А чтобы стало совсем хорошо, приведу тебе пример из своей школьной жизни, кого и как мы называли, когда уже совсем становилось невмоготу.

Дорога в школу – звериная тропа.

Заход в класс – штурм Зимнего.

Выпускник – ждите нас на рассвете, или рожденный бурей.

Весенние каникулы – 17 мгновений весны.

Буфет – остров сокровищ.

Вызов к директору – деревья умирают стоя.

Выход к доске – дорога на эшафот.

Подсказка в присутствии директора – подвиг разведчика.

Ученик без шпаргалки – всадник без головы.

Второгодник – тише едешь, дальше будешь.

Воскресенье – луч света в темном царстве.

Выгнали за дверь – пал смертью храбрых.

Дневник – книга жалоб и предложений.

Дорога домой – светлый путь.

Звонок на урок – Бухенвальдский набат.

Звонок с урока – соловьиная песня.

Иностранный язык – смотришь в книгу, видишь фигу.

История – бабушкины сказки, или что-то с памятью моей стало, все, что было не со мной, помню.

Классное собрание – много шума… и ничего.

Класс без отличников – бедность не порок.

Отличник – белеет парус одинокий, или в семье не без урода.

Годовая контрольная – это есть наш последний и решительный бой.

Контрольная работа – не имей сто рублей, а имей сто друзей.

Новый учитель – подкидыш.

Опоздание на урок – лучше поздно, чем никогда.

Уход с урока – тени исчезают в полдень.

Прогульщик – человек-невидимка.

Пятерка – я помню чудное мгновенье.

Раздевалка – Ледовое побоище.

Родительское собрание – Али-Баба и 40 разбойников.

Сочинение – записки сумасшедшего.

Списывать на контрольной – правда хорошо, а счастье лучше.

Физкультура – сумасшедшие на воле.

Учитель и ученики – волк и семеро козлят.

Учитель с указкой – человек с ружьем.

Учительница пения – женщина, которая поет.

Школа – дом с привидениями.

Продолжать этот список можно до бесконечности. Думаю, в вашем классе тоже найдется немало своих талантов по части придумывания кличек учителями и справедливых названий урокам.

Информация

Бухенвальд – немецко-фашистский концлагерь во время Второй Мировой войны.

Зимний дворец – бывшая главная резиденция российских императоров, находится в Санкт-Петербурге. Был взят восставшими рабочими и матросами в ночь с 24 на 25 октября 1917 года. Падение Зимнего ознаменовало падение царского режима и установление власти рабочих, крестьянских и солдатских депутатов.

«Семнадцать мгновений весны» – популярный фильм о разведчике Штирлице, действовавшем во время Второй мировой войны в ставке Гитлера в Берлине.

Ледовое побоище – битва между новгородцами и тевтонскими рыцарями, которая состоялась в апреле 1242 года на Чудском озере.

Можно говорить, что десять лет, проведенные в школе, это зря потерянное время. Что читать, писать и считать ты бы легко научилась сама. Как раскроить юбку, тебе показала мама, а бегаешь ты и так быстро.

Но это глупость. Десять-одиннадцать классов – это своеобразная школа жизни. Ты встречаешь людей, учишься общаться, влюбляешься, в конце концов. Да и откуда все наши верные друзья? Со школьной скамьи.

А походы всем классом за город? А учитель истории, который тебе впервые показал, как надо держать гитару? А экскурсия в планетарий? А поездка в Суздаль? А совместное паломничество к могиле кумира? Тебе уже нашептали, что ни тригонометрия, ни синусы с косинусами, ни валентность тебе в жизни не понадобится? Как ты можешь быть в этом уверена, если даже не знаешь, какая наука изучает валентность?

Вся эта нужность или ненужность очень сильно зависит от учителя. Если учитель интересный, если он любит и знает предмет, то он сможет и тебя заразить своей любовью к литературе, биологии или истории.

А как ты узнаешь, что интересней химии науки в мире не существует, если все время просидела дома или проторчала во дворе?

* * *

– Да пусть эта школа горит синим пламенем! – уже с хрипотцой в голосе бушевала Светка. – Тоже мне, нашли зоопарк. Раньше люди без всякой школы обходились! И ничего, не помирали.

– Пойду я. – Подгорнова встала. – Узнаю, что сегодня задали. Вечером ты здесь?

Светка грустно кивнула. Ее опять никто не понял.

– Ну, ты, Павлова, совсем того!

От звука этого голоса Светка вздрогнула.

На противоположном конце площадки, засунув руки в карманы и нахохлившись, стоял Колька Решеткин.

– Ты чего ушла-то?

– А чего, я буду с этой козой бодаться? – в тон Кольке ответила Светка. – Мартьянова у нас умная, все знает, с ней и разговаривайте.

– И чего? – Колька пожал плечами. – Уходить-то зачем? К нам потом литератор приходил, тебя искал. И это… говорил, что у каждого должно быть это… свое мнение.

– Да? – Светка растерялась. Она не ожидала, что Колька, который ее никогда не замечал, станет вдруг защищать. – А я… это…

– Даже Жеребцова сказала, что из-за… Ну, любви и не такое совершить можно. А литератор стал какие-то примеры приводить, я не запомнил.

– А Мартьянова? – мрачно спросила Светка.

– А чего Мартьянова? – Колька покосился в сторону школы, как будто оттуда сейчас должен прибежать полк Мартьяновых и поколотить его. – Литератор ведь сказал, что мнения могут быть разные. Только… это… надо время учитывать.

– Какое время? – насторожилась Светка, глянув на ручные часы.

– Это… историческое. – Для Кольки произнести столько слов – явный подвиг. – Ну, когда этот Бульба жил, так не поступали. Вроде плохо. А сейчас ничего.

Сказав это, Колька побрел дальше.

– Коль, – еле слышно произнесла Светка.

– Ты… это… – Решеткин даже головы не повернул. – Приходи, что ли, в школу. А то Нинель Петровна жаловаться на тебя собралась.

– А ты… – Светка очень хотела услышать, что видеть ее в школе хочет именно Колька, что без нее он скучает, страстно влюблен и готов ради нее пойти если не на предательство, так хоть на подвиг.

Но всего этого Колька не сказал. Он побрел прочь и вскоре исчез за гаражами.

По-хорошему, чтобы в школу тебе идти хотелось, у тебя должен быть хороший стимул, а по-простому, причина, почему ты в школу ходишь.

У большинства эта причина проста – чтобы не расстраивать родителей. В школу ходить надо, и все тут. И никто тебя не спрашивает, хочешь ты это делать или нет.

Бывают редкие счастливчики, которым учеба нравится, им интересно узнавать что-то новое, возиться с химическими препаратами, раскручивать сложную математическую формулу и подсчитывать количество тычинок в цветке.

Кого-то родители убеждают, что учеба – это та же самая работа, будь добра ходить, как и все, каждое утро. Мама с папой ведь ходят.

У третьих прочно в голову вбито слово «надо». С таким ошейником можно честно отходить класса до седьмого. К 13 годам «надо» заметно ослабевает, а к 14 исчезает вовсе. И если

другого аргумента не находится, то на учебу человек откровенно забивает.

У четвертых есть своя причина – хорошая учеба в школе гарантирует поступление в хороший институт и на престижную работу. Для тринадцати лет глубокая убежденность в правильности такого пути – сильная вещь. Таких деловых девчонок с каждым годом становится все больше и больше.

Хорошо это или плохо? Это есть.

И если им нравится играть в такие игры, то почему бы и нет? Это лучше, чем все дни торчать в подъезде, изображая из себя взрослую: курить, пить пиво прямо из бутылки и позволять парням в твоем присутствии ругаться матом.

Еще один неплохой аргумент, который может действовать в твоем возрасте: «А что еще делать?» Действительно. Занять себя на весь день задача не из легких. Если ты не знаешь, что делать со своим временем, то тебе будет скучно и в школе, и дома. Увлекающиеся люди найдут себе занятие в любом месте.

Можно в сотый раз произнести прописную истину – не трать зря время, займись чем-нибудь. Иди в кружки, секции и клубы, пробуй, начинай, бросай. В конце концов ты найдешь либо интересных для тебя людей, либо интересное для тебя занятие.

Под лежачий камень вода не течет.

Если ты из предыдущей главы не очень поняла, в какой области искать себе применение, вот тебе еще один небольшой тестик. Обозвать его можно **«Насколько ты убежденная правша, или Почему именно Левша подковал блоху»**.

Я надеюсь, что эту повесть Лескова ты читала, а если не читала, то знаешь или смотрела по ней мультик. Если все это прошло мимо тебя, то я кратко напомню сюжет. Дело было во времена Петра Первого. Оружейный мастер по имени Левша, чтобы удивить иностранных послов, подковал блоху. Как известно, блоха козявка маленькая, подковки вышли микроскопические. Все Левше порадовались, но ничего хорошего из этой истории не вышло, потому что был Левша звания низкого, а все начальство злое и нехорошее. Короче, спился Левша.

К чему я это рассказываю? К тому, что мы сейчас будет определять твою праворукость. Для этого нужно взять лист бумаги, поделить пополам, проведя линию сверху вниз. Над правой колонкой написать «правая рука», над левой «левая рука».

> *Ставим цифру «1»*. Поаплодируй себе. Громче, громче. Какая рука у тебя «работает»? Какой ты хлопаешь о какую? Какая рука сверху? Если правая, то ставь «+» в колонке «правая рука», если левая, то «+» в

колонке «левая рука».

Ставим цифру «2». Приняли позу Наполеона. Конечно, вряд ли эту позу придумал император Франции, великий и могучий Бонапарт. Но, говорят, он в ней очень любил стоять, особенно когда его уже сослали на остров Святой Елены и делать ему больше было нечего, как стоять в этой позе и смотреть на волны морские. Поза проста – нужно сложить руки на груди. Сложила? Какая рука идет сверху, а какая спряталась подмышкой? Если правая сверху, ставим «+» в колонке «правая рука», если наоборот, то «+» в колонке «левая рука».

Третье задание. Сцепи пальцы рук. Посмотри на большие пальцы. Палец какой руки выше? Правой – «+» в колонке «правая рука», левой – «+» в колонке «левая рука».

Четвертое задание – закрой один глаз, зажмурь его. Закрыла левый глаз – «+» в колонке «правая рука», правый – «+» в колонке «левая рука».

Ставим цифру «5». Здесь тебе понадобится помощник. Нужно, чтобы тебе бросили какой-нибудь небольшой предмет. Например, спичечный коробок (он нам потом еще пригодится). Тебе его бросают. Ты должна его поймать одной рукой. Какой поймала, если поймала? Правой – «+» в колонке «правая рука», левой – «+» в колонке «левая рука». Если некому в тебя метнуть этот несчастный коробок, то можешь его подбросить над собой и поймать. Можешь даже поэкспериментировать, пробуя ловить коробок сначала правой, а потом левой рукой. Я не сомневаюсь, что ты ловкая девушка, но одной из рук ловить было явно удобней. Отметь какой.

Продолжаем играть со спичечным коробком. *Ставим цифру «6».* Открывай коробок. Какой рукой ты это сделала? Правой? «+» в колонке «правая рука». Левой? «+» в колонке «левая рука».

Седьмое задание. Высыпи спички на стол и собери их обратно в коробок. Сначала левой рукой, потом правой. Для разнообразия можно собрать из них колодец. Какой рукой удобней это делать? Ставь плюсики в нужную колонку.

Цифра «8». Бери ручку и рисуй домик. Обыкновенный, без всяких изысков – квадратик и сверху треугольник крыши. В колонке «правая рука» рисуем домик правой рукой, в колонке «левая рука» рисуем

домик левой рукой. Внимательно изучаем получившиеся художества. Где домик нарисован лучше, где линия уверенней, там и ставим «+».

Подсчитываем результат. В какой колонке больше «+»?

Секрета я не открою, но движение рук влияет на развитие мозга. Что у тебя творится в голове, мы сейчас выясним.

Если все «+» в колонке «правая рука», то ты убежденная, коренная правша. Значит, в тебе больше развито левое полушарие, отвечающее за аналитическое мышление, за логическую обработку данных, поступающих из внешнего мира. Тебе легче даются точные науки, ты человек довольно ответственный и не так часто прогуливаешь школу. Если ты соберешь свою волю в кулак, то можешь учиться на пятерки, но скорее всего ты уверенная хорошистка. Как истинный правдолюб, ты способна «качать» свои права. Ты неплохой лидер. А из школьных предметов предпочитаешь те, где все конкретно, – историю, алгебру, физику. С сочинениями у тебя не все ладно. Рассуждать и философствовать ты не очень любишь.

«+» больше в колонке «правая рука», или их поровну. Ты относишься к самому распространенному типу людей. Надо сказать, что в нашем мире крайности, так сказать, «типажи в чистом виде», встречаются редко. По земле бродят взрывные смеси – немножко того, немножко другого. Все зависит от тебя. Нужно покопаться в себе, чтобы понять, что хочется, к чему лежит душа. Сочинения ты пишешь плоховато, но любишь читать. Ты не дружишь с геометрией, а черчение для тебя истинное наказание. Поверь, не всем дано с ходу представить куб в его трехмерном изображении. Школа у тебя идет не самым лучшим образом (по крайней мере, не так, как хотелось бы родителям), но ты скорее учишься на четверки, чем на тройки. Тут многое зависит от учителя. Хороший – ты учишься хорошо. Ни то, ни се – и ты к предмету так же. Ты можешь бунтовать против предложенной системы, но тебе это не очень нужно. Таких, как ты, способных неплохо владеть как правой рукой, так и левой, по-научному называют аммидексторы. Тебя можно было научить писать как левой рукой, так и правой, от этого ты бы чуть по-другому воспринимала мир. Но школе удобней, чтобы ты

была правшой, видимо, ты ею и стала.

«+» больше в колонке «левая рука» или все «+» расположились там. Привет, левша! Ты хочешь сказать, что про твою ведущую левую руку и так все знали, нечего было тесты устраивать? Не скажи. Есть люди, рожденные левшами, но перевоспитанные. Такие могут хорошо писать правой рукой и порой даже не подозревать о своем первоначальном таланте. Да и самые убежденные левши не всегда «однoруки», они в равной степени могут писать как левой, так и правой рукой. Кстати, насильно переученные левши люди нервные, легко возбудимые. Переучивая тебя на правшу, взрослые «насиловали» твою природную склонность больше пользоваться другим полушарием. А раз что-то поломано, значит, в душе возникает перекос.

О чем говорит ведущая левая рука? У левшей лучше развито правое полушарие мозга, отвечающее за образное мышление, за восприимчивость, за эмоциональный анализ информации. Ты чутко улавливаешь настроение и состояние подружек, у тебя хорошо развита интуиция, до многого ты доходишь сама. Неплохо рисуешь, сочиняешь стихи. Сама ты легко впадаешь в крайности – от веселья можешь тут же перейти к грусти, а потом снова расхохотаться. Математика для тебя темный лес, а порассуждать ты любишь. Поэтому всю ночь можешь прорыдать над судьбой Наташи Ростовой или над несчастной долей собаки Муму. Учишься ты под настроение. Можешь стать заядлой прогульщицей, а можешь быть отличницей, но не за оценку, а за интерес. Тебя легко расстроить. Друзей у тебя немного. Если тебя в классе не затюкали за твою инаковость (леворукость может стать предметом глупых шуток в твой адрес), то ты всячески пытаешься доказать, что ты ничем не отличаешься от других. Например, можешь неожиданно для всех заняться бодибилдингом или начать поднимать штангу. Среди левшей много творческих людей. Например, левшой был Леонардо да Винчи. Из современных актеров – Николь Кидман. Да и блоху смог додуматься подковать весьма одаренный человек, способный мыслить неординарно. Он был истинным левшой, он придумал план, как удивить иностранцев, но воспользоваться своим успехом не смог. Для этого нужен прагматический склад ума, то есть нужно немного быть правшой. А у Левши этого не было.

Твоя же стезя – творческие профессии. С техникой ты вряд ли будешь дружить.

5 верных установок, как полюбить школу и перестать обращать внимание на учительские придирки.

1. Никогда не подменяй причину и следствие. Не ты существуешь для школы, а школа для тебя. Реши, что ты хочешь – знания или оценку. Если тебе интересен сам предмет, то не гонись за отметками, в конце концов, это вещь временная. Помни, что учитель не господь бог, он не ставит единственно верную оценку. То, что у тебя записано в дневнике, это мнение учителя об уровне твоих знаний на данный момент. Не более того.

2. Твое хорошее или плохое отношение к школе – это исключительно твой взгляд на мир. Сегодняшний день может быть отменно хорош – и солнце светит, и птички поют, и ручейки журчат, и никаких контрольных не предвидится. Зачем из неплохого, в общем-то, дня вытаскивать только ругачую химичку, побаливающий зуб и невкусный школьный завтрак? Это тяжело – в плохом искать хорошее, но если чуть напрячься, то можно. И жизнь в школе тебе откроется с многих хороших сторон.

3. Никогда ничего не терпи. Бывают случаи, когда нужно немного потерпеть, – когда сверлят зуб или когда берут кровь из пальца. Но в отношениях между людьми терпеть никогда ничего нельзя. Жизнь не такая длинная, чтобы тратить ее на общение с неприятными персонами.

4. Не стоит гнаться за друзьями и подружками. Попробуй прислушаться к себе и понять, что именно ты хочешь, к чему у тебя лежит душа. Не ленись, и у тебя все получится.

5. В бурном водовороте класса *пытайся сохранить себя.* Ты единственная и неповторимая. Будь ею! Даже если весь мир против тебя! Тогда учителя и чужие мнения тебе станут нипочем.

Эпизод четвертый
Свет мой, зеркальце, скажи

Глава о женском обаянии и природной красоте, о том, как все это найти в себе, подчеркнуть достоинства и спрятать недостатки.

Пример

В нашем классе училась Анька Ходыкина. Была она пухленькой хохотушкой, хорошо рисовала и на роль первой красавицы класса никогда не претендовала. Как-то после очередных летних каникул она появилась в школе, и все мы ахнули.

Аньку было не узнать. Она заметно вытянулась и похудела, волосы у нее отрасли и стали ниспадать на плечи красивой волной. Она застенчиво улыбалась, не зная, как отнестись к такой перемене. Сейчас Аня известный модельер.

А был еще один случай. Ленка Петрова просидела все семь лет в центре класса. Была она самой обыкновенной – волосы темно-русые, глаза серые, пухлые щечки с ямочками. Занималась она всем понемногу, но особо ничем увлечена не была. Подруг у нее не то чтобы не было, а как-то рядом с ней они не задерживались, что ее не сильно удручало. Но пришло время, и Лену перестала устраивать ее «серость и незаметность». Причину всех своих неудач она увидела почему-то в своем весе и стала худеть. А так как девочкой она оказалась целеустремленной, то довольно быстро от нее остался один скелет. Ленину трансформацию в классе так никто и не заметил. От окончательного высыхания ее спасли врачи.

* * *

На своем излюбленном месте Светка Павлова обнаружила Олечку Тихомирову. Она сидела со своим неизменным пакетом в руках и сторублевкой в кулаке. Вид у нее был растерянным.

– Ну, и чего ты тут расселась? – с ходу набросилась Светка. – Дуй в свой магазин, а то весь хлеб разберут.

Тихомирова качнула головой и не сдвинулась с места. Это уже было хамством, и Павлова плюхнулась на лавку, демонстративно сдвинув Олечку на самый край.

– Чего еще случилось? – грубо спросила она. – Наши в футбол проиграли? Нашла из-за чего расстраиваться.

– У нас в классе новенькая, – одними губами произнесла Тихомирова.

– Поздравляю! – Ничего криминального в этом Павлова не увидела.

– Она красивая. – Олечка еще ниже наклонила голову.

Светка пожала плечами. Подумаешь, красивая! Кто здесь некрасивый?

– Новенькая у нее подружку увела, – раздался из ближайших кустов знакомый голос.

– Как это – увела? – С таким удивительным явлением Павлова сталкивалась впервые.

– Она красивая, – снова повторила Тихомирова, и на носу у нее повисла слезинка.

– Ты тоже ничего себе, – неуклюже попыталась успокоить соседку по подъезду Светка.

– Никакая Тихомирова не красивая. – Видя, что сейчас всем не до нее, Танька Половинкина выбралась из своего убежища и уселась на качелях. – А новенькая… – Она закатила глаза, всем своим видом показывая, что даже словами не может описать красоту Олечкиной соперницы. – Короче, Тихомирова отдыхает.

Олечка опять вздохнула и низко опустила голову.

– Еще какие беды? – нахмурилась Светка, с трудом «въезжая» в проблемы соседки.

– У них в классе через неделю конкурс красоты, – с готовностью стала докладывать Танька, потому что Олечка говорить была уже не в состоянии. – Тихомирову на него не взяли. Сказали, что ей только ворон пугать.

– Все? – мрачно спросила Светка. Кто бы посмел ей такое сказать? Сразу бы в глаз получил. А эта сидит и сопли пускает.

– Как раз, чтобы пойти и повеситься, – довольно хмыкнула Половинкина.

Тихомирова в ответ уткнулась лицом в ладони.

Наверное, если ты сидишь сейчас дома одна и тебе некому утереть сопли, то Танькино предложение может рассматриваться как приемлемое.

Но ты не одна. Нас с тобой как минимум двое. А два человека всегда найдут выход из безвыходного положения.

Начинаем составлять план по спасению.

Именно сейчас тебя начинает «плющить и колбасить» на тему глобальной бессмыслицы происходящего, всеобщей неустроенности жизни и безрадостной перспективы твоего

дальнейшего существования. И конечно же, тебе не нравится собственное отражение в зеркале. Форма рук, ног, губ, талии и груди. Овал лица мог бы быть поизящней, нос поменьше, волосы погуще, рост повыше, трава зеленее, а вода мокрее.

Есть редкие счастливчики, кто собой доволен. Относишься ли ты к этой группе избранных? Сейчас проверим.

На вопросы нужно отвечать «да» или «нет», а потом, вооружившись листочком или калькулятором, подсчитать баллы.

Тест «Довольна ли ты собой?»

1. Мечтаешь ли ты родиться заново и начать жить сначала? («да» – 4, «нет» – 16)
2. Есть ли у тебя хобби? («да» – 18, «нет» – 5)
3. Когда все из рук валится и домашнее задание сделать не получается, ты себе говоришь, что для тебя это нормальное явление, что такое может произойти только с тобой? («да» – 6, «нет» – 12)
4. Радуешься ли ты, узнав, что тебе кто-то завидует? («да» – 16, «нет» – 2)
5. Одноклассники о тебе отзываются как о скучном, неинтересном человеке. Тебя это задевает? («да» – 3, «нет» – 12)
6. С кем-то из твоих знакомых произошла та же неприятность, что и с тобой. Тебе от этого становится легче? («да» – 18, «нет» – 5)
7. Переживаешь ли ты, узнав, что какое-то дело идет лучше без твоего участия? Например, вместе с одноклассниками ты готовила школьную вечеринку, а потом «забила» на это дело. Как только ты «вышла из игры», подготовка пошла значительно быстрее, да и вечер заметно удался. Будешь переживать из-за этого? («да» – 2, «нет» – 16)
8. Мечтаешь ли ты выиграть в лотерею большую сумму денег? («да» – 4, «нет» – 20)
9. Становится ли тебе обидно, когда ты узнаешь, что твоей сестре, брату или близкому другу сделали дорогую покупку? («да» – 1, «нет» – 12)
10. Любишь ли ты высказываться в присутствии слушателей? («да» – 16, «нет» – 3)

Я уже слышу весь тот поток ругани, что высыпался на мою голову за то, что я заставила тебя к 38 прибавить

37, и не на бумажке, а в уме. Ну, ничего, размять свои мозги иногда очень даже полезно.

У тебя получилось **более 120 баллов**. Ты необычайно довольна собой. Ты королева бала и первая красавица класса. На тебя равняются все девчонки. Когда ты проходишь мимо, они замирают и забывают, как дышать. Ты очень разборчива с друзьями. Ты настолько себя ценишь и любишь, что к своей внешности у тебя нет никаких претензий. Как бы ты ни выглядела (а внешние данные у тебя скорее всего великолепные, так что Мила Йовович рыдает по ночам от зависти), тебя в себе все устраивает. В классе у тебя достаточно недоброжелателей. В чем-то они (эти самые недоброжелатели) правы. Здоровой самокритики тебе явно не хватает. Конечно, сейчас выше тебя только Господь Бог да Гималайские горы, но порой стоит прислушиваться к мнению друзей. Двадцать человек не могут ошибаться. Иногда не помешает опускаться с вершин на землю. И лучше это сделать самостоятельно, чем с посторонней помощью.

Информация

Мила Йовович – американская актриса, сыграла в фильме Люка Бессона «Пятый элемент», героиню ее звали Само Совершенство.

От 60 до 120 баллов. Ты достаточно уверена в своих силах, но без завиральных идей в голове. Ты отдаешь себе отчет, на что способна – за сколько пробежишь два километра, какая оценка ждет тебя на контрольной. В провидение и счастливый случай ты не веришь, предпочитая больше рассчитывать на себя. Если тебя все устраивает – хорошо. Если нет, попробуй поставить перед собой цели поглобальней. Их достижение (или поражение по дороге) внесет некоторое разнообразие в твою жизнь.

Менее 60 баллов. Что-то у тебя кисловатое выражение лица. Да и погода нынче как-то не задалась. И звонок чересчур громкий. Куда только катится этот мир? Себе ты, конечно же, не нравишься. Кругом фотомодели, одна ты какая-то корявая. Пора брать себя в руки. Оглянись! Рядом сидят простые люди, и ничего

необычного в них нет. А за собой надо просто следить – сделать интересную прическу, пойти в бассейн, выбросить старую юбку и сходить в магазин, купить развлекательный журнал или диск с веселой комедией. И провести хотя бы один вечер так, как хочется. И перестань слушать нашептывания подруг, что у тебя одна нога короче другой, а последний раз такие волосы они видели у кикиморы болотной. Подружки никогда ничего хорошего не скажут – это извечная истина. И если ты сама себя не полюбишь, вряд ли это кто-то сделает за тебя.

Вспомни тест «Рисунок человека», который ты выполняла, наверное, неделю назад. Если ты его еще не выбросила, то достань и посмотри. Сейчас я напомню один очень важный момент теста.

Если ты сразу начала читать книжку с этой главы, то выполни небольшое задание. Возьми листок бумаги и карандашом нарисуй человека.

Теперь смотрим на рисунок. Какую часть тела ты обвела особо. Талию? Овал лица? Глаза? Выделила волосы?

Тобой выделяется та часть тела, на которую ты особо обращаешь внимание. Тебе не нравится твоя фигура – по линии талии карандаш пройдет с особым нажимом. Не нравится лицо – ластик безжалостно удалит лишние полосы.

Что сказать? К тринадцати годам большинство девушек не довольны собой. Происходит это от глубинного неудовлетворения окружающей действительностью, поиском смысла жизни и… безделья. Те, кому некогда продышаться от дел и занятий, времени не найдут для расстройств и прочей чепухи.

Впрочем, таких людей единицы, и ты, судя по всему, к ним не относишься. Тогда возьмемся за дело.

Хочу сразу предупредить – глава будет длинной и слегка занудной. По большей части она будет состоять из советов. Если им не следовать, то и читать не стоит. Если следовать, например, попробовать побороться с угрями на лице, то делать это надо **ежедневно**. И не месяц, и не два, а **всю жизнь**. Ну, или пока тебя эта проблема не закончит волновать.

Ну, поехали…

У меня для тебя две новости – хорошая и плохая.

Начну с хорошей – любой твой недостаток можно исправить.

Теперь – плохая. Ты выбрала не самое подходящее для этого время.

Ты сейчас пребываешь в возрасте «гадкого утенка».

Из тебя обязательно получится прекрасная Царевна-лебедь.

Но это произойдет чуть позже, годам к 18–20, когда окончательно сформируется твоя фигура, когда все формы станут того размера, какой заложен природой, со щек спадет детская припухлость, пропадут смешливые ямочки. Даже структура волос на голове может стать другой. Ты кардинально изменишься. Поэтому не стоит сейчас изнурять себя диетами или становиться строгой вегетарианкой. Тебе это особо не поможет, а вреда ты принесешь себе достаточно.

Скажу банальность – ты растешь, и тебе надо есть хорошо и плотно.

Но…

Кое-что сделать можно и сейчас. И даже не сделать, а подготовить почву, чтобы потом все было хорошо.

Пластические хирурги тебе сейчас тоже не нужны. Конечно, нос картошкой и оттопыренные уши никуда за пару лет не денутся. К ним просто изменится отношение, ты подберешь правильную прическу, поработаешь над макияжем.

О том, что в этом мире нет справедливости, мы уже говорили. Ну, нет ее, и все. Забыли заложить в программу. Поэтому одним дана стройная фигура, роскошные волосы и стопроцентное здоровье. А другим судьба уготовила родиться в семье алкоголиков, ходить в драном платье и страдать от прыщей и необъятной талии.

Пример

Прежде чем браться за общее дело создания из тебя совершенства, расскажу две истории.

Одна – всем известная «Золушка». Дочка лесничего, замарашка и трудяга, мечтала поехать на бал. Фея-крестная эту мечту осуществила. Умыла крестницу, одела в красивое платье и дала карету. Золушка очаровала принца, и все у них закончилось хорошо.

Это у Шарля Перро.

Что же было дальше? Попала девушка во дворец. Но ее недаром прозвали Золушка. В доме отца она все время ходила перепачканная золой, то есть не следила за собой. Во дворце она будет вести себя так же. Ходить непричесанная, неопрятно одетая. Она не знает этикета, ничему не обучена, с ней не о чем говорить, потому что она ничего не прочитала в своей жизни. И чем все

закончится? Принц, образованный, утонченный юноша, разочаруется в своей избраннице и выберет в жены одну из дочерей Мачехи, которые хоть и сварливы, но образованны.

А вот вторая история. Это уже из книги «Кондуит и Швамбрания» Льва Кассиля. Девушку-прислугу решили отправить на карнавал и нарядили в платье, обклеенное… марками. Девушка на балу произвела настоящий фурор, все были в восторге и от нее, и от ее костюма. Но… девушка вернулась домой, сняла платье и пошла убирать дом. И, слыша восторженные воспоминания людей о том бале и о незнакомке в платье с марками, только вздыхала. Потому что праздник – это праздник, а жизнь – это жизнь.

К чему я все это рассказала? К тому, что удача в нашем женском деле не главное. И не надо ждать, что прискачет принц на белом коне, а дальше как-нибудь все само образуется. Даже если и прискачет, то тебя, ковыряющую пальцем в носу и с трудом связывающую два слова, далеко не увезет. Ссадит за первым же поворотом. Принца надо завоевывать, а делается это в первую очередь внешним видом, манерой одеваться и вести себя. И пускай твой первый принц будет Леха с соседнего двора, победа должна быть не менее яркой, чем взятие Берлина советскими войсками.

Перейдем от слов к делу.

У нас несколько фронтов работы. Лицо, волосы, зубы, руки, ноги, фигура и одежда.

Встань перед зеркалом, посмотри на себя скептически. Что не нравится?

Форма лица? Будем менять прическу.

Цвет глаз? Через пару лет купишь себе контактные линзы.

Отсутствие талии? Забудь об этом на годик-другой. К восемнадцати ты и вытянуться успеешь, и талия появится.

Заколка в волосах? Ну, милая моя, это уже точно в твоих руках. Жизнь коротка. Не стоит ее тратить на ношение некрасивых или неудобных вещей.

На чем задержался твой взгляд? На лице? С этого-то и начнем.

Лицо.

Если кожа лица особых проблем тебе не доставляет, то лучше ее не трогать. Она у тебя достаточно молода и сильна, чтобы со всеми проблемами справиться самой. Все эти кремы от морщин и маски «женщинам за 30» ей не нужны. Следи за тем, чтобы кожа

была чистая. Меньше пользуйся мылом, найди какой-нибудь лосьон или молочко **для молодой кожи!**

И помни, что юным девушкам очень вредна любая косметика!!!!!

Тональные кремы, пудры, маскирующие карандаши – привет прыщам и раздражению. Тебе кажется, что тональный крем спрятал все твои недостатки? Пройдет минут пятнадцать в душном классе, и недостатки не только проявятся, но еще и будут подчеркнуты этим самым кремом. Кожа начнет лосниться… Зрелище – бр-р-р. А прыщи от всего этого пойдут грибной россыпью. Вперед к чистой коже!

Существует несколько типов кожи.

Нормальная не доставляет хлопот своей обладательнице. На подобной коже редко бывают недостатки. Если у тебя именно такая кожа – то я тебя поздравляю и посоветую ничего с ней не делать. Ополаскивай прохладной водой, избегай мыла и жесткого полотенца.

Сухая кожа. Вялая, бледная, с ранними морщинками, шелушащаяся, легко раздражается. Для того чтобы улучшить питание такой кожи, нужно применять витамины и растительные тонизирующие средства, например оливковое масло. Сухая кожа не выносит резких колебаний температуры: лед, горячие компрессы, паровые ванны, слишком сильный загар. Для мытья не стоит пользоваться мылом и лосьонами, содержащими спирт.

Жирная кожа с широкими порами, особенно на носу. Сальные протоки часто бывают закупорены, из-за чего образуются черные угри. Кожа выглядит грубой и часто шелушится.

Для очищения такой кожи достаточно воды и мыла, причем мыло или пенка для умывания не должны быть слишком едкими, а вода жесткой.

Совет

Идеальным средством для очистки кожи служит миндальное масло.

Также на жирную кожу хорошо действуют паровые ванны.

Совет

Прокипяти сухую аптечную ромашку, пока горячая, налей в миску, склони к поднимающемуся пару лицо и накройся полотенцем. Посиди так 10–15 минут.

Компрессы и маски.

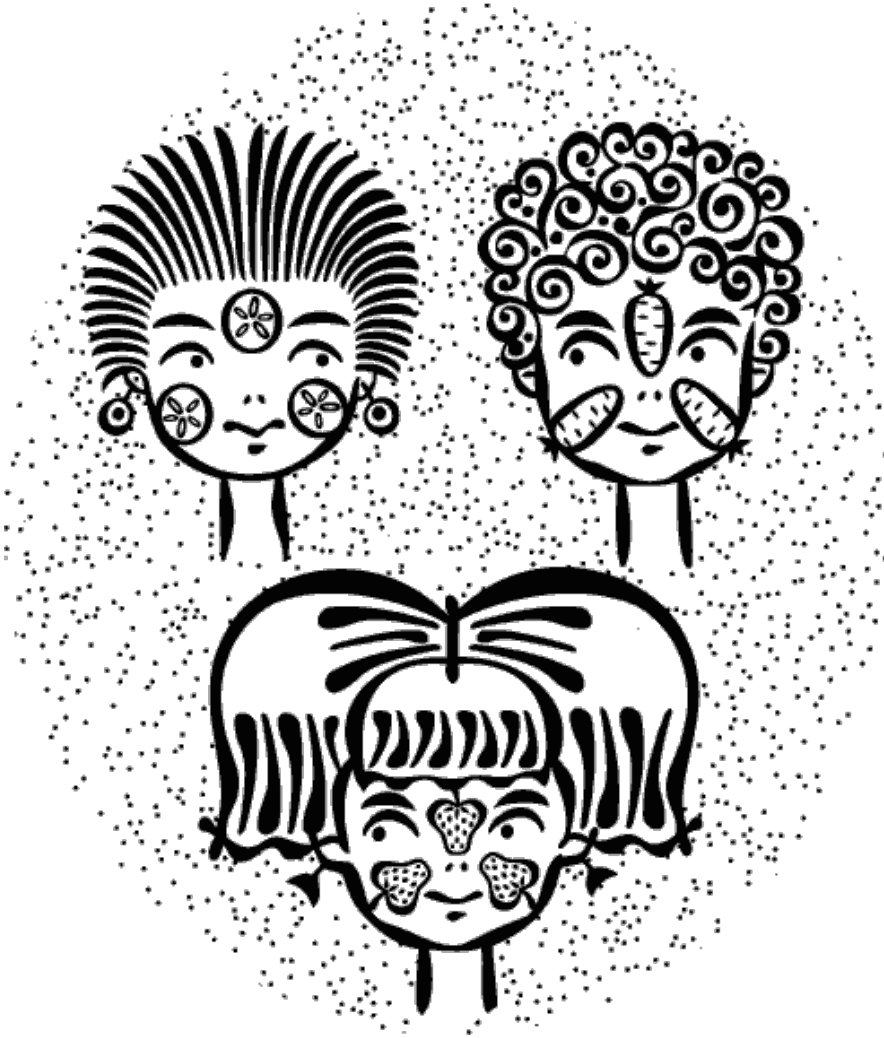
Совет

Огуречная маска. Мелко натертый огурец смешать со взбитым белком. Держать на лице 15 минут.

Морковная маска. Морковку натереть на мелкой терке, смешать со взбитым белком. Если получится очень жидкая кашица, добавить талька (детская присыпка) и нанести на лицо. Держать 15–20 минут. Смывать теплой водой.

Больше всего хлопот доставляет *себорейная (угревая) кожа*. Такое лицо не любит воду, тем более горячую. Если ты все-таки надумала умываться, то делай это прохладной водой – холодная вода стягивает кожу и сужает поры. Лицо стоит протирать льдом из отвара трав: календулы, подорожника, мать-и-мачехи, зверобоя.

Я бы не советовала покупать дорогую импортную косметику для умывания и прочей гигиены. Дорого – не значит хорошо! Скорее всего она тебе не подойдет. Лучше воспользоваться старыми проверенными методами.



Пересмотри свое питание. Прыщи не только результат возрастных изменений в твоем организме, но и неправильной еды. Любишь шоколадки? Выпиваешь в день полтора литра колы? Заедаешь все это гамбургером с острым соусом? Пьешь обжигающий черный кофе? Тогда прыщи – твои верные друзья. Они очень любят все сладкое, особенно шоколад, мясо пожирнее, гамбургеры-чизбургеры, все пережаренное, горячий крепкий чай-кофе и всякую химическую шипучку.

Совет

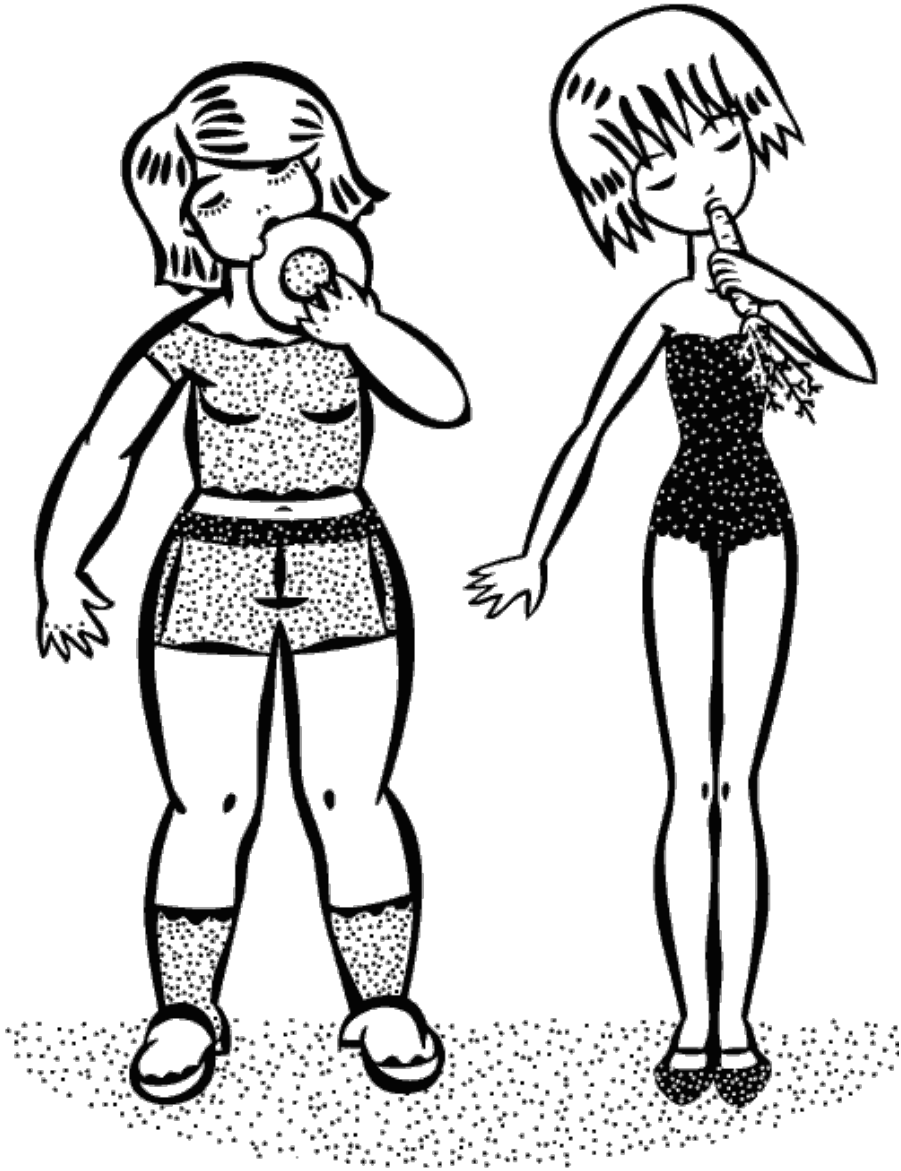
Исключи из своего рациона питания шоколад, жирное мясо, картошку фри, пережаренные котлеты, еду

из «Макдоналдса», крепкие чай и кофе, все шипучие напитки, включая все растворимые в воде таблетки от головной боли. Кожа тебе скажет спасибо.

Ты можешь тут же закричать: «Машка пьет – и ничего!» Вернись на страницу вперед и прочитай абзац про справедливость. Не ночевала она на планете Земля. У Машки, значит, организм посильнее, но если она будет злоупотреблять шипучкой, то и ее телу в конце концов станет плохо.

Пример для наглядности

Одна моя знакомая обожала желто-оранжевую сладкую шипучку и все время возила ее в машине. Однажды бутылка открылась, и напиток пролился на резиновый автомобильный коврик. Вытирать пролитое подруга не стала, решив, что само высохнет. Вечером, к своему ужасу, она увидела, что прочный резиновый коврик был порядком изъеден этой самой гремучей жидкостью. Представив, что то же самое происходит в ее желудке, она выбросила остаток газировки и с тех пор пьет только обыкновенную воду.



«А как же чай-кофе?» – спросишь ты. Невозможно ведь уроки делать, засыпаешь! Ответ один – ночью надо спать. А если и днем спать захотелось, то ложись, отдохни, вместо того чтобы травить себя всякой, хоть и бодрящей, гадостью.

«Что же есть?» – слышу я приглушенный шепоток задавленной моими советами читательницы.

Все остальное!

Вареное, недожаренное, сырое. Хочешь быть красивой и через пять лет, и через пятьдесят, придется чем-то пожертвовать. Надо только чуть-чуть потерпеть, потом привыкнешь.

С едой разобрались, теперь перейдем к прямым действиям.

Если прыщи – не случайное высыпание после неумеренного потребления клубники или смены климатического пояса (например, поездка с родителями к Байкалу или в субтропики), то стоит наведаться к специалисту. Там тебе пропишут правильные протирки, почистят лицо и надают кучу полезных советов именно для твоего типа кожи.

Совет

Хочешь избавиться от прыщей – иди к врачу-дерматологу. Они есть в любом институте красоты.

Дорого? Что же поделать? Участь наша такая. Пить газировку и трескать шоколадки тоже не дешевое занятие, но ты это делаешь, а заняться собой почему-то вдруг дорого.

Учти, что поход к косметологу здорово повысит самооценку. Во-первых, совершишь первый нормальный взрослый поступок, а во-вторых, выглядеть станешь лучше.

Да тебе все обзавидуются! Вот увидишь!

Пока ты обдумываешь свой поход к врачу и копишь деньги (или выпрашиваешь их у родителей), я могу посоветовать несколько способов снятия ярко выраженного раздражения.

Не стоит прыщи давить. Аккуратно сделать это у тебя вряд ли получится, произойдет повторное воспаление, к тому же держаться оно будет в два раза дольше, чем первоначально планируемый гнойничок.

Совет

Протирай лицо 0,5 %-ным спиртовым раствором левомицетина. Хорошо бы добавлять в него тальк (детскую присыпку). Тальк будет подсушивать мокнущие прыщики.

Раздраженная кожа не переносит пудры и тонального крема. От этого ей становится еще хуже. К тому же скрыть этот недостаток подручными средствами тебе не удастся. Для этого нужен профессиональный грим. Но его не кладут больше чем на 2–3 часа. А что потом бывает с кожей – лучше и не рассказывать.

Совет

Противовоспалительное действие оказывает ромашка. 100 мл 20 %-ного спирта, 20 г ромашки. Настоять в течение недели. Протирать лицо утром и вечером. Такой же раствор можно сделать и на календуле. Столовую ложку лепестков календулы настаивают в течение 2 недель на стакане водки. Перед употреблением разбавляют водой 1:1. Все это также продается в аптеке.

Угри хорошо выходят сами, если периодически делать для лица паровые ванночки с ромашкой или цветками липы.

Пускай кожа дышит. Бери с собой в школу пузырек с лосьоном и протирай лицо на переменах.

В утешение всем твоим мучениям могу сказать только одно – обладателям жирной угреватой кожи кое в чем повезло: у них позже других появятся морщины, лицо дольше будет выглядеть молодым и свежим.

За чистоту лица борьба началась, самое время поговорить о кремах.

Твоя кожа шелушится, натянута, раздражена, в морщинах, дряблая? Нет? Тогда **никакой крем тебе не нужен**! С твоих щек еще не сошел нежный пушок, они легко краснеют и радуют твоих родителей ямочками, когда ты улыбаешься. У тебя хорошая здоровая кожа, и не порть ее раньше времени.

Совет

Если же ты ухитрилась подмерзнуть на морозе или перестоять на знойном ветру и кожа твоя начала шелушиться, то нанеси на лицо *увлажняющий крем.*

У тебя сегодня вечеринка, а перед этим ты всю ночь провела на дискотеке или была на ночном сеансе в кино – и как итог красные глаза и по ними темные круги. Что делать?

Совет

Красноту и усталость глаз снимает холодная вода и компрессы из холодного черного чая («спитого», то есть

второй или третьей заварки). Мешки под глазами и припухлость «убирает» сырой картофель. Возьми картофелину, помой, разрежь пополам и поводи половинками вокруг глаз – от внутреннего угла глаза по верхнему веку к наружному углу, а затем от наружного угла глаза к внутреннему. Ту же процедуру можно провести и кусочком льда.

Тебе прописали очки? Но ты не хочешь их носить из-за сотни причин.

Тебя сразу сочтут ботаничкой, это неудобно, бегать с ними невозможно, они постоянно будут теряться, падать и биться. Поэтому ты предпочитаешь ходить без них и думаешь, что твой легкий прищур все примут за небольшое кокетство.

Ничего подобного!

О том, что у тебя плохое зрение, все и так знают. А прищуривание ведет к образованию ранних морщин вокруг глаз. Надеешься, тебя эта участь обойдет стороной?

Увы и ах… Все так думают, а в двадцать лет не знают, как спрятать появившиеся морщинки. Оно тебе надо?

Иди в салон и подбери **подходящую** (а не модную) оправу!

Совет

Форма стекол вразлет к вискам делает лицо менее круглым. К худому лицу не идут квадратные стекла, стоит подобрать что-нибудь овальное. Маленький нос не следует обрамлять темной массивной оправой. Спортивным девочкам подойдут очки овальной формы. Эти же очки подойдут девочкам с квадратным или прямоугольным лицом. Под челку подбирай очки со спрямленным верхом и закругленным нижним краем. Хорошо, когда цвет оправы совпадает с цветом волос.

Кстати, очки могут придать тебе своеобразный шарм и очарование.

Поговорим о самом болезненном – о макияже.

Что всегда отличало истинную леди? Ее макияж незаметен. Яркая боевая раскраска индейцев вульгарна и не идет не только леди, но и тебе.

Пока твоя природная красота ярче, чем вся косметика мира. А то, что Ирка уже красится и поэтому в нее влюблен предводитель местной шпаны Макс, еще ни о чем не говорит.

Ты хочешь стать Иркой или ты хочешь быть самой собой? Не стремись за толпой, ищи свою индивидуальность. А то вас с Иркой скоро действительно путать будут.

Хочешь подчеркнуть свою красоту? Воспользуйся пастельным карандашом для глаз и блеском для губ. Для тебя это будет более чем достаточно.

Вспомнили о губах. Взрослая помада здорово сушит губы. В ней столько всякой химии! Сколько я слышала жалоб от своих подруг, что они никак не могут подобрать губную помаду – от той раздражение на пол-лица, от этой губы трескаются. И это у взрослых! Что же будет с тобой? Лишний раз рисковать не стоит!

И еще немного о губах.

Губы бывают потрескавшимися или сухими у тех, кто часто их облизывает или кусает. Солнце, ветер, холод, недостаток витамина А, С и В делают то же самое.

Информация

Купи гигиеническую губную помаду с календулой или ромашкой, а сами губы протирай масляным раствором витамина А, он продается в аптеках, отпускается в пузырьках. Витамин А, растворенный в масле, хорошо помогает при трещинах в уголках рта.

Что у нас еще осталось неохваченным? Зубы. Чистить их надо два раза в день, утром и вечером, по паре минут – это знают все. Орехи зубами не грызть, семечки не лузгать – тоже известный факт. Отвертками и пальцами в зубах не ковырять. Для этого есть деревянные или пластмассовые зубочистки. Все время одной пастой пользоваться не стоит, лучше каждый раз покупать новую марку.

И не ленись ходить к стоматологу – залечивать маленькие дырки легче, чем мучиться с большими дуплами. И менее болезненно.

Нос. Собственная форма носа мало кому нравится. Разве что Клеопатре или Нефертити. У нас же, у простых смертных, то он большой, то маленький, то напоминает картофелину, то слишком сильно вздернут.

Информация

Клеопатра – последняя царица Египта. Отличалась необыкновенной красотой.

Нефертити – египетская царица, жена фараона Аменхотепа IV (Эхнатона). Судя по оставшимся скульптурам, была настоящей красавицей. Ее имя с древнеегипетского переводится как «красавица грядет».

Все наивно считают, что, если положить на нос слой пудры, он будет менее заметен. Расстрою – будет заметен еще больше. На пластического хирурга денег ты пока явно не заработала. Да и не стоит из-за временного каприза лишать себя самобытности и очарования. Что остается? Отвлекать внимание от носа прической и челкой.

Совет

К маленькому носику идут кудрявые пышные волосы; удлиненный нос требует классической прически: свободно падающие волосы, завитые в крупные локоны. Пробор лучше делать сбоку, чтобы он не подчеркивал линию носа. Стоит сместить акценты, чтобы больше внимания обращалось не на нос, а на глаза. Для этого нужно аккуратно вычертить линию бровей, расчесать ресницы, следить за тем, чтобы глаза были здоровые и ясные.

С лицом разобрались. Теперь посмотрим на твои *волосы*.

Здесь все банально. Пару раз в день расчесывать. Пользоваться индивидуальной расческой. Следить, чтобы она была чистая (грязная станет только пачкать волосы). Не пугаться, если при расчесывании выпадет несколько волосинок (в норме за день может выпасть до 100 волос). Обрезать секущиеся концы. Мыть по мере загрязнения.

Чем мыть? Хорошим шампунем.

Хороший шампунь тот, после которого голове легко, волосам воздушно и нигде не чешется, не образуется перхоть. Шампунь стоит время от времени менять. Мылом пользоваться не советую. В его состав входят разные масла, они осядут на волосах тяжелой пленкой.

Совет

Из народных средств хорошо промывает волосы крепкий настой аптечной ромашки вместе со взбитым белком (для жирных и нормальных волос) или с взбитым желтком (для сухих волос). Для темных волос лучше использовать настой шалфея.

Почему образуется перхоть? Это самое распространенное заболевание кожи головы.

Зимой перхоть образуется от недостатка свежего воздуха – ты полдня в шапке проводишь. Когда редко причесываешься – волосы не проветриваются, голова не дышит, и вот уже – здравствуй, перхоть. От чрезмерного употребления шоколада. Да, да! Опять этот шоколад. От плохого питания или идущих друг за другом контрольных – нервное перевозбуждение.

Совет

Если хочешь побороться с перхотью, начинай пользоваться специальным шампунем или верным народным средством. Возьми одну часть яблочного свежевыжатого сока, добавь три части воды и втирай получившийся настой в голову 2–3 раза в неделю в течение месяца.

В теплое время года ходи без головного убора. Не оставляй несчастную свою голову надолго под прямыми солнечными лучами, прикрывай ее панамкой или шляпой.

И обязательно зимой ходи в шапке!

Конечно, ты меня не послушаешь. Это же понтово – ходить в —20 °С без шапки. Вокруг головы пар, волосы от холода дыбом. Но ты же не кто-нибудь. Это ты! На мать шипишь, с учительницей вяло переругиваешься. И только посмеиваешься, глядя на маменькиных дочек, кутающихся в меховые шапки.

Круто.

Но до поры до времени.

Любая крутизна до первого же поворота. Насморк и простуда – это легкий вариант, менингит и воспаление мозга – тяжелее. Из него уже не выкарабкиваются. Да и банальная простуда может дать тяжелые осложнения. Всю оставшуюся жизнь будешь по врачам ходить.

Тебя это сейчас не пугает?

Ну что же. Умный услышит. Дурака не жалко.

Но вернемся к волосам. Ты заметила, что волосы начали слишком уж сильно выпадать? Случается такое по весне или после тяжелых экзаменов.

Совет

Чтобы справиться с выпадением волос, поменяй прическу. Сделай ее покороче. И начинай массировать корни волос кашицей из натертого лука с подсолнечным маслом и яичным желтком. По себе знаю – помогает.

Идем дальше. *Руки-ноги.*

Их надо мыть. Руки каждый раз, как приходишь с улицы домой. Ноги каждый день перед сном, если нет привычки вечером принимать душ.

Совет

Мыть руки лучше в теплой воде, а не в холодной. Холодная вода делает руки грубее, теплая – мягче.

Если кожа рук не сохнет, ничего с ними делать не надо.

Если кисти рук все в царапках, обветрены, то ими придется немного позаниматься.

Совет

Для смягчения кожи рук сделай ванночку – чайную ложку крахмала разведи стаканом воды, полученный клейстер разбавь теплой водой до литра и держи в этом растворе руки 10–15 минут. Потом на влажную кожу нанеси питательный крем, надень специальные мягкие перчатки и ложись спать. Утром ты свои руки не узнаешь.

Если кожа вокруг ногтя трескается, помажь кончики пальцев маслом шиповника, он продается в аптеках. Результат удивит – через день трещинки исчезнут.

Если руки потеют, попробуй такие ванночки – на 1 литр воды 3 чайные ложки столового уксуса. Держать

руки в такой воде надо 5 минут.

За ногтями ты наверняка и так следишь. Подпиливаешь, вычищаешь грязь.

Пара советов. Ногти не должны быть разной длины. Если ты случайно сломала ноготь, остальные девять, как ни жаль, придется тоже подпилить.

Теперь цвет. Ярко-красный – цвет агрессии. Черный, зеленый, синий говорит о том, что ты хочешь привлечь к себе внимание, что ты не уверена в себе. Не выпячивай свои комплексы всем напоказ. Школьницам не пристало красить ногти, а если очень хочется, то возьми пастельно-розовые тона. Это красиво, не вызывающе, и учителя не придерутся.

Самое интересное – *фигура.*

Если ты высокая, худенькая, стройная, то принадлежишь к спортивному типу девушек. Невысокие полные девушки имеют романтический тип фигуры.

Разделение это условное. Девушки спортивного типа могут показывать низкие достижения в спорте, а девушки романтического типа добиться олимпийских результатов. Просто этим двум типам подходит разная одежда.

Девушкам спортивного типа больше идет одежда прямого покроя. Девушкам романтического типа одежда со сложным рисунком.

Нормальный вес определяется так – твой рост минус сто. Нас в спортивной школе учили, что нужно вычитать сто десять. Для всех незамороченных сойдет и сто.

Но и тут есть некоторые тонкости. При узкой кости и небольшой мышечной массе норма будет чуть ниже. Широкая кость и спортивное телосложение – вес может быть больше.

«Идеальный вес» тот, в каком ты себя комфортно чувствуешь. Хорошая отмазка для ленивых людей. Типа – мне и так неплохо.

Плохо.

И ты это прекрасно знаешь. Помнишь рекламу? «Мне нравится моя хорошая фигура, но я ненавижу жир, который ее скрывает».

Жира быть не должно. Как говорила известная балерина Майя Плисецкая, «Жрать меньше надо». Грубо, но верно. И не стоит прикрываться расхожей фразой о растущем организме. Растущий организм должен расти вверх, а не вширь.

Бывают и серьезные причины нарушения веса. Последствия черепно-мозговой травмы, нарушение обмена веществ, наследственность. Все остальное – бороться, бороться и еще раз бороться.

Только не переусердствуй.

Совет

Если ты считаешь, что твой вес не идеален да и выглядишь ты не очень, вычеркни из своего рациона высококалорийные продукты – сметану, сливки, майонез, жирное мясо (особенно свинину), утиное и гусиное мясо, сардельки, шпроты, сардины и другие рыбные консервы в масле, а также орехи, шоколад, сахар, конфеты, печенье, рисовые и картофельные гарниры, хлеб, все пережаренное и сильно соленое. Разнообразь свое меню нежирным молоком, кефиром и творогом, весьма полезны постная говядина, куриное и кроличье мясо, рыба. Больше употребляй свежую зелень, овощи и фрукты. Из жиров – сливочное масло (10 граммов в день), несладкие напитки и компоты.

Способствуют отложению жира спиртные напитки, особенно вино и пиво.

Слишком сложные условия? А ты попробуй. И тебе будет полезно, и кожа посвежеет.

Что еще? Займись спортом. Начни хотя бы делать зарядку.

Совет

Зарядка призвана разбудить твой организм, а не утомить. Достаточно и пяти-десяти минут. Встав с постели, помаши руками и ногами, понаклоняйся, поприседай, походи на носочках, попробуй отжаться. Стоя на четвереньках, сделай махи ногами. Это упражнение и кровь заставляет шустрее бежать по организму, и попу подтягивает. Полный комплекс упражнений ты сможешь найти в любом женском журнале. Там любят давать советы на тему гимнастики.

Нет сил начинать что-то делать одной, а родителям и без

твоей зарядки беготни по квартире хватает? Иди на плавание, гимнастику, аэробику, покатайся на велосипеде. Если есть желание поиздеваться над собой – тренажерный зал. Но пока это не обязательное условие, есть риск, что ты перекачаешь мышцы, а это тебе ни к чему.

Забудь о лифтах и трамваях. Больше ходи пешком. Гуляй перед сном. Откажись от пары телепередач в пользу мечтательной прогулки под сенью деревьев. Начни думать о себе что-нибудь хорошее. Это здорово помогает.

Не ставь на себе крест. И не придумывай отмазок.

Основные заблуждения, которыми прикрывается человек, не желающий ничего делать:

На меня никто не обращает внимания.

Все равно ничего не поможет.

Один кусочек тортика ситуацию не испортит.

Какое плавание? Мне учиться некогда.

Что я могу сказать?

Займешься собой – внимание на тебя обратят. По крайней мере, всем станет любопытно, что это там с тобой происходит.

Любое изменение режима дает свои результаты. Откажись от чая с бутербродами перед сном, и ты заметишь, что через месяц юбка тебе станет велика.

Нельзя делать допуска на кусочек тортика. Известно, что за одним кусочком последует второй. И остановиться ты не сможешь. Лучше и не начинать.

У тебя времени хватит на все. Просто нужно плавание вписать в свой график.

Начни! Дальше пойдет легче.

К сожалению, полнота – замкнутый процесс. Ты чувствуешь себя толстой и никому не нужной, от расстройства ты приходишь домой, наваливаешь себе большую тарелку макарон с сыром, заливаешь все это дело кетчупом, да еще бутерброд с колбасой наворачиваешь.

Становится легче, но не худее.

Надо преодолеть свою зависимость от еды. Как? Найти себе занятие. Желательно, чтобы оно было вне дома, чтобы не было искушения залезть в холодильник. Пойти в кружок, пойти в клуб. Да то же самое плавание заметно отвлечет тебя от гастрономических мыслей.

«Сколько сложностей! – скажешь ты, поглядывая на любимый диван и на пульт от телевизора. – А вот Машка…»

Возвращаемся к началу главы, где говорилось о справедливости. Что ж, мир жесток, и с этим ничего не поделаешь.

А у Машки достаточно своих проблем. Она, может, тебе в чем-то завидует.

Заниматься собой надо уже сейчас. В двадцать, в тридцать лет это делать будет гораздо сложнее.

Совет

Не надо себя ни в чем ограничивать. Замени бутерброд кусочком сыра, а печенье бананом. Хочется есть? Грызи яблоки. Никто же не предлагает перейти на голодный паек. Жуй капусту или редиску. Все это неплохо заполняет желудок.

И еще одна хитрость. Замечено, что полные люди дольше спят. Любая активность, пусть даже и перед телевизором, – деятельность, сжигающая вес. Восьми часов сна для отдыха тебе должно хватать. Ограничься этим временем, и вскоре ты заметишь результат.

Что же, завтра ты начинаешь рыскать по окрестностям в поисках бассейна. Из холодильника уже удалены все раздражители в лице тортов, шоколадных муссов и заварных кремов. Перед тобой не вазочка с печеньем, а корзина с яблоками. Теперь самое время рассмотреть твой *гардероб*.

Можно одеваться модно. Однако не все, что модно, подходит тебе. Слепое следование моде способно разорить кого угодно, но индивидуальности при этом не прибавит ни на йоту.

Конечно, сейчас разработать стиль тебе вряд ли удастся. Для этого нужно сформировать собственное мнение и поднакопить жизненного опыта. А ты все больше прислушиваешься к чужим советам и ленишься думать своей головой.

Ты одновременно хочешь быть заметной и особо не выделяться из толпы. Ты хочешь носить все самое модное и яркое и в то же время не хочешь походить на одноклассниц. Поэтому ты напяливаешь на себя топики, которые тебе не только не идут, но и подчеркивают все недостатки твоей фигуры. Модно делать мелирование – и все как на подбор в полосочку.

Совет

Пока у тебя нет своих идей, заимствуй их из модных

журналов. Рассматривание современных коллекций будит фантазию и позволяет тебе, оставаясь модной, перестать походить на девчонку с соседней парты. То же самое и с прическами. Ты знаешь только два варианта причесок – конский хвост и косичка. Я тебя удивлю, если скажу, что причесок может быть больше полутысячи. Смотри журналы, подбирай под свой тип лица. Занятие собой, любимой, здорово отвлекает от всех бед и печалей.

Пойми, что волосы на голове растут не для того, чтобы прятать глаза за челку, а сзади затягивать их в тугой пучок. Первая красавица класса Ленка однажды заявилась с пышной копной распущенных волос. Через день весь класс распустил свои жиденькие хвостики и начал трясти патлами.

Ищем свою индивидуальность. Ленке распущенные волосы идут. Тебе, может быть, нет.

Совет

Тонкие мягкие волосы лучше выглядят, когда они не длиннее скул. Если волосы жесткие и курчавые, они хорошо смотрятся в длинных прическах.

Густым жестким волосам лучше придать короткую стрижку. Редкие волосы подстриги на одну длину – так они будут выглядеть пышнее. Вьющиеся волосы лучше стричь прядями разной длины.

Больше всего причесок идет к овальному лицу – пробор сбоку, посередине, волосы, зачесанные наверх, распущенные, слегка волнистые. А вот челка сюда совсем не подойдет.

Круглое личико будет выглядеть лучше, если волосы короткие и зачесаны наверх, причем уши и шея должны остаться открытыми.

Удлиненное лицо в нижней части стоит обрамлять волнистыми волосами. Лоб уменьшается за счет челки.

К лицу с выступающими скулами и широким лбом идут мягкие кудри, завиток, падающий на лоб, вниз или зачесанный наверх.

При квадратном лице волосы стоит зачесывать за уши так, чтобы лоб и щеки оставались свободными.

Маленькое лицо – уложи волосы так, чтобы они не скрывало лицо, а обрамляли его. Большое лицо – волосы,

наоборот, начесаны на лицо, лоб и щеки закрыты.

Не бойся экспериментировать и не стремись поспеть за всеми. Твоя дорожка отдельная, и бежит она чуть в стороне. В крайнем случае посоветуйся с мастером в парикмахерской. У него глаз наметан, что-нибудь да подскажет.

Что же касается одежды… Школа требует определенного этикета. Если в твоей школе не ввели униформу, то ты можешь ходить либо в джинсах-брюках, либо в юбке по колено. Все «слишком» в школе не приветствуется.

Не стоит отдавать предпочтение спортивной одежде. Во-первых, она не скрывает недостатки фигуры, только их подчеркивает. А во-вторых, мешковатые штаны и линялая куртка – признак полного отсутствия вкуса и неуважения к окружающим. Спортивная одежда для спортивного зала. Не более того. Если вы не идете в поход и не устраиваете массового забега в лес, то лучше от спортивной одежды отказаться.

Сейчас несколько преждевременно говорить о твоем стиле в одежде еще и потому, что одежду тебе покупают взрослые. Ты, конечно, можешь что-то захотеть. Мама же будет руководствоваться скорее своим вкусом и размером кошелька, чем твоими пожеланиями.

Значит, отложим это на потом. Скажу только одно. Молодости свойственно вести себя эпатажно, «бросать вызов закостенелому обществу». Это нормально. Хочешь «бросать»? «Бросай»! Только предупрежу, что твой вызов легко «читается». И выглядит он подчас смешно и нелепо, а не грозно.

* * *

Время шло, а на площадке все оставалось по-прежнему. Олечка всхлипывала, Танька задирала вверх довольную физиономию, Светка ковыряла мыском ботинка песок.

– Да плюнь ты на этот конкурс, – наконец заявила Павлова. – Подумаешь? Пусть они подавятся своей красотой!

– У них конкурс только через неделю, а ей уже сейчас отказали, – подлила масла в огонь Половинкина.

Олечка подняла на нее глаза, губы горестно дернулись.

– Что за шум, а драки нет? – У качелей показались неразлучные Катя с Вероникой. Танька тут же исчезла, баскетболисток она недолюбливала. Впрочем, как и они ее.

– Да вот. – Светка развела руками. – Это чучело выяснила, что она некрасивая. Ее на конкурс красоты не берут. А еще ее

подружка бросила.

– Многовато для одного дня, – присвистнула Вероника и погладила Олечку по склоненной голове.

– «Ослик был сегодня зол», – процитировала Катя известный стишок. – «Он узнал, что он осел». И чего теперь?

– Ничего, – пожала плечами Павлова. – Рыдаем.

– Ну-ка, встань!

Катин голос звучал категорично. Желание плакать у Олечки сразу пропало. Она побледнела и прозрачными глазами глянула на высокую баскетболистку.

– Вставай, вставай, бить не буду, – более миролюбиво пообещала Катя. Вероника за ее спиной довольно хмыкнула.

Олечка медленно поднялась. Чуть прищурившись, Катя осмотрела ее с ног до головы. Зрелище, надо сказать, было не из лучших. Тоненький бежевый свитер на худеньких Олечкиных плечах смотрелся не лучше дерюжки. Старые брючки. На ногах мягкие потертые тапочки. Жидкие волосы собраны в хвост. Бледное личико с остреньким носиком. Торчащие ушки. Россыпь прыщиков на лбу. Взгляд робкий и неуверенный.

– Спину выпрями, – медленно приказала Катя.

Вероника вдруг протянула руку к Олиной голове. Тихомирова забыла, как дышать. Щелкнула заколка, освобождая волосы.

– М-да, – протянула Вероника и обреченно покачала головой.

Катька глянула на подругу и сжала губы. В отличие от Вероники, Катя никогда и ни перед чем не пасовала. Ее жизненный принцип был – бороться до победного конца. И даже если проигрываешь – все равно бороться.

– Участвовать в конкурсе хочешь? – жестко просила спортсменка.

– Хочу, – прошептала Олечка.

– Не слышу! – рявкнула Катя.

– Хочу, – чуть громче произнесла Тихомирова. – Наверное.

– Нет, так дело не пойдет. – Катя сделала движение, словно собралась уйти. – Либо ты борешься, либо нет.

– Борюсь, – пискнула Олечка.

– «Не родись красивой», часть вторая, – в сторону произнесла Светка. К подобным экспериментам она относилась скептически. По ее мнению, человека нужно любить таким, какой он есть. Хоть он и выглядит поперек себя шире. Не нравится – обходите стороной.

Катя смерила Павлову презрительным взглядом, потом зачем-то посмотрела на небо. Все тоже задрали головы.

Когда Светка голову опустила, то Катя с Вероникой уже уходили за гаражи. Катя крепко держала Олечку за руку, и та

покорно шла следом.

Следующую неделю Светка с нетерпением бежала на детскую площадку с качелями. Она просиживала здесь все время после уроков, но Олечка так и не появилась. Никто Тихомирову больше не посылал за хлебом, она не бегала каждые пять минут за молоком. Баскетболисток тоже видно не было.

Пока Светка ждет Олечку или хоть кого-нибудь из их компании, мы с тобой проведем тест **«Насколько ты обаятельна?».** Тестом мы определим уровень твоего природного обаяния и выясним, насколько за свои 12–13—14 лет жизни ты научилась воздействовать на людей. Вещь эта крайне полезная для жизни. И если сейчас ты своим обаянием особенно не пользуешься, то через пару годков ты пустишь его в ход.

Кстати, главная причина, почему Олечку никто не замечает, – скрытое обаяние. Оно в ней есть (обаяние есть во всех девушках и девочках), только оно так далеко спрятано, что о нем не подозревают не только окружающие, но и сама Олечка.

Вариантов ответов всего два: «да» и «нет». За «да» – 1 балл, «нет» – 0 баллов.

1. Можешь ли ты увлечь своей идеей человека (одноклассника, знакомого), разговаривая с ними только по телефону?

2. На вечеринке на тебя обратил внимание парень, который тебе самой совершенно не интересен. И все же ты станешь больше на него обращать внимание, чем раньше?

3. Когда ты пишешь, то строчки «ползут» вверх?

4. Можешь ли ты с улыбкой избежать неприятных вопросов? Есть ли у тебя привычка не спорить, оставаясь при своем мнении?

5. Прислушиваешься ли ты в спорах к мнению, с которым не согласна?

6. Была ли ты в детстве (например, в детском саду) всеобщей любимицей взрослых? Все с восхищением смотрели на тебя?

7. Часто ли от друзей или родителей ты слышишь бескорыстные комплименты в свой адрес?

8. Давно ли ты смотрела на себя в зеркало?

Быстренько на пальцах складываем один плюс один, смотрим на результат.

8 и 7 баллов. Ты уверенный в себе человек и, конечно, считаешь, что у тебя море обаяния. Но слишком

уж в тебе много суеты. Ты и мысли не можешь допустить, что кому-то ты можешь не понравиться, поэтому порой не замечаешь очевидных моментов. Кавалерийской атакой редко когда удается обаять человека, скорее отпугнуть его.

6 и 5 баллов. На переменках вокруг тебя собирается кружок ребят, потому что ты приятный в общении человек, умеешь говорить и, что самое главное, умеешь слушать. Ты осознаешь себя и свои достоинства, поэтому тебе не приходится подстраиваться под людей, чтобы им угодить. Ты не суетлива и размеренна.

4 и 3 балла. Любимицей класса тебя не назовешь. Вероятно, это вызвано твоей нерешительностью. Ты не любишь и не умеешь спорить, тебе тяжело кого-то убедить в твоей правоте. Порой стоит перебороть себя и, наконец, сказать свое «веское» слово.

2, 1, 0. Неужели все так плохо? Что, и с соседкой по парте тоже не можешь найти общий язык? Ты считаешь, что все кругом козлы? А знаешь, почему так получается? Не в обаянии дело. Оно в тебе есть. Просто ты… не любишь себя. Из-за этого тебе мало что доставляет удовольствие, даже собственное отражение в зеркале. И виноваты в этом не ребята, которые не хотят с тобой общаться, потому что ты скучный и капризный человек. Виновата в этом ты сама со своим нежеланием хоть как-то измениться, хотя бы разок посмотреть на мир другими глазами.

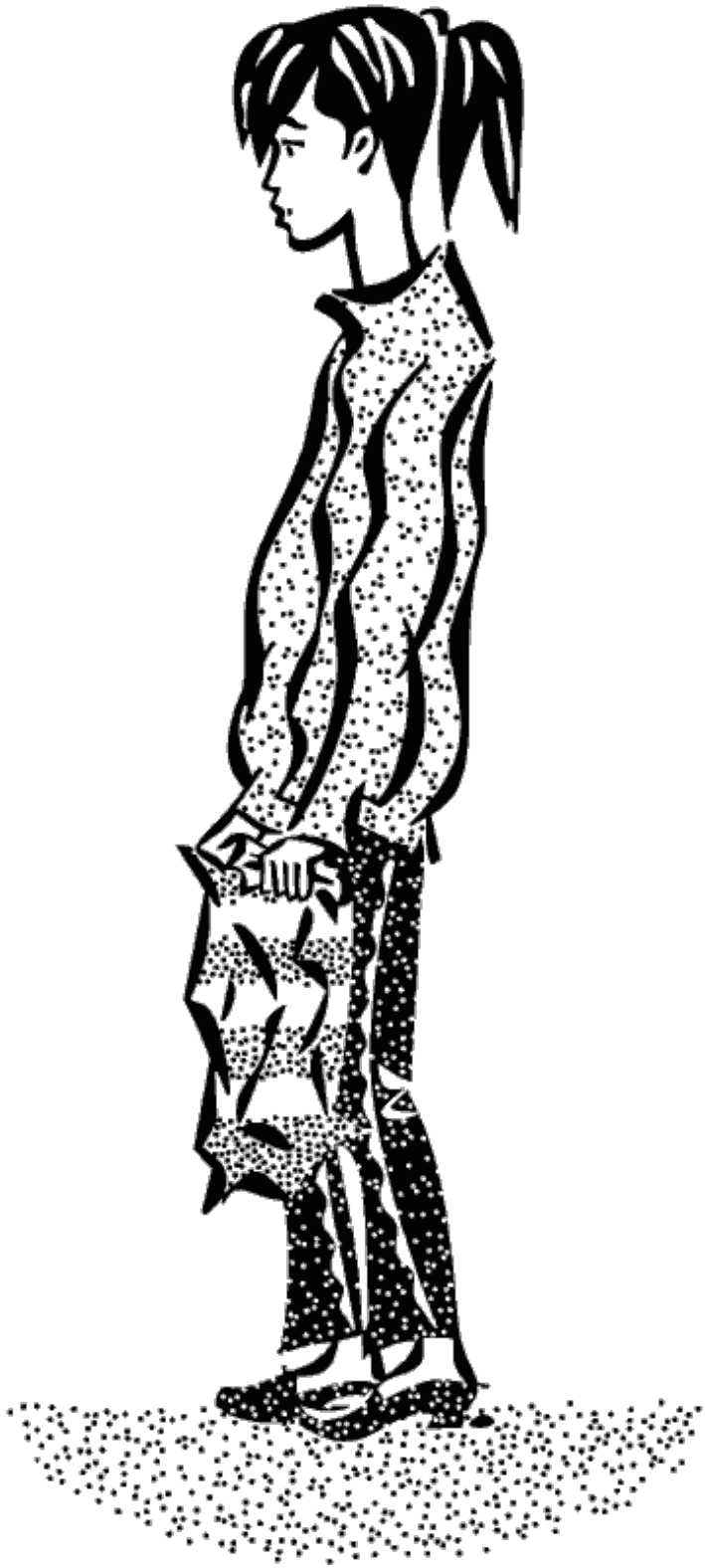
Ну что же, я так понимаю, что не все так печально. Раз ты читаешь эту книжку, у тебя появилось желание что-то сделать, а значит, жизнь непременно изменится к лучшему.

* * *

Наступила пятница. Как известно, все глобальные события происходят именно в пятницу. Так вот пятница, день конкурса красоты.

О том, что малыши (для семиклассников пятиклашки несомненные карапузы) проводят конкурс, знали все, но никто этим особенно не интересовался.

Светка же горела от любопытства. Чтобы как-то проветриться, она пораньше вышла из дома и заглянула на любимую лавочку. То, что она увидела, ее потрясло.



Во дворе появился Леша-Сережа, парень из шестого класса. Тот самый, что рассказывал в свое время Светке о своих планах на будущее. Сейчас же он прошел мимо Павловой, даже не посмотрев в ее сторону.

Не доходя до дома, он зычно свистнул, так что последние листочки с березы покорно слетели на землю. В окне на верхнем этаже хлопнула форточка. А в следующую минуту на пороге дома появилась Оля Тихомирова.

От неожиданности Светка не сразу поняла, что произошло. Пока она хлопала ресницами, Леша-Сережа подхватил у Олечки портфель, пакет со сменкой и, взяв под руку, повел в сторону школы. При этом Олечка вела себя настолько непринужденно, что у Павловой от удивления отвалилась челюсть.

Она даже на всякий случай оглянулась, чтобы убедиться, что сидит в своем дворе, а не в каком-то другом. Что она спросонья не ошиблась адресом, что за ночь инопланетяне не поменяли их дома местами.

Вроде все было в порядке. Но Оля… Ее было не узнать. Из серой мышки она превратилась в… нормального человека.

Волосы у нее были подстрижены, мягкие локоны прикрывали только щеки, на лоб спадала густая короткая челка. Лицо стало чище и как будто светлее. Плечи расправились. Вместо вечного задрипанного свитера, детской вязаной кофты и линялых джинсов на ней был теплый свободный короткий сарафан, надетый поверх шерстяной водолазки.

Как загипнотизированная, Светка проводила странную парочку до школы и на негнущихся ногах потопала в свой класс.

Конкурс в пятом классе закончился. Был он сумбурный, путаный. Судьи забывали, кому и за что ставили баллы. Конкурсантки краснели и начинали реветь.

Остается только добавить, что Олечка в конкурсе участвовала, не заняла никакого места, но саму Тихомирову это уже не волновало. Подружка к ней не вернулась, и об этом никто больше не жалел.

Забыв про школу, Светка носилась по периметру их микрорайона в надежде хоть где-нибудь застать Катю или Веронику. Увиденное требовало срочного объяснения.

Баскетболистки вышли на нее сами.

– Ну как? – первой задала вопрос Катя.

Павлова посмотрела на свои стоптанные кроссовки, грязные джинсы и шмыгнула носом.

– А этот… Леша-Сережа с ней навсегда? – выдавила она из себя.

Катя недовольно скривилась.

– Не в этом дело, – неприятно растягивая слова, начала она.

И выдала **6 основных законов, как сделать свое отражение в зеркале приятным для себя и окружающих.**

1. Разберись, что ты хочешь от себя, от окружающих и от жизни. Одноклассники и родители не обязаны с тобой возиться, сносить твои комплексы и проблемы. Приятно общаться с легкими людьми. Иди от себя, а не от того, что о тебе думают окружающие. Остановись на секунду. Ты самоценна. Не ты должна идти к людям и просить их внимания. Всем должно быть интересно, и тебе, и твоим собеседникам. Свой интерес ищи внутри себя.

Какую основную работу совершила над собой Олечка? Она перестала на себя смотреть глазами других людей – мамы и

одноклассников. И сразу же из дурнушки-поганки превратилась в ту, кем она себя представляет, – в умную, добрую и обаятельную девушку.

2. Займись собой. Оторвись от дивана, пирожков, телефона, модного журнала. Выйди на улицу, пройдись. Оглянись вокруг, понаблюдай за людьми. Начни делать что-нибудь из того, что ты раньше не делала. Спорт в этом отношении самое лучшее средство. Но подойдет любой кружок, секция, клуб. Новые люди и новое общение выдернут тебя из твоего «застоявшегося болота».

Оле повезло, временное шефство над ней взяла взрослая Катя. Она отвела ее в спортзал, где Тихомирова увидела настоящих спортсменов, увидела, как они работают. Позже все вместе они отправились в бассейн. И всю неделю Олечка добросовестно посещала тренировки, а потом шла плавать. Это позволило ей немного подтянуть осанку, расправить плечи. Да и взгляд у нее стал более уверенный.

3. Подбери себе подходящую прическу и одежду. Мода приходит и уходит, остается человек. Вот и будь человеком. Чтобы не одежда использовала тебя, как манекен, а ты носила удобную для себя одежду. О том, какому типу что подходит, мы уже говорили.

4. В самом начале пути твой главный враг – лень и инерция. Лень будет советовать тебе остаться в постели. Инерция – оставить все так, как есть, не соваться в неизвестные дебри. Помочь здесь тебе может только злость. Ты должна разозлиться на себя, в крайнем случае на окружающих.

Олю обидели, только после этого она согласилась что-то делать. Не будь этой обиды, так бы она и бегала незаметной мышкой от дома до магазина.

Дело сдвинулось с мертвой точки – не позволяй себе останавливаться. Второй раз начинать будет гораздо сложнее.

5. Попробуй добиться чего-то такого, чего ты раньше никогда не добивалась. Направление деятельности – спортивные достижения, учеба, общение. Поставь себе цель сделать так, чтобы первый красавец класса позвонил тебе домой или при всех подошел и что-нибудь спросил. Только не иди напролом, можешь переусердствовать и стать всеобщим посмешищем. О секретах общения мы поговорим на пару эпизодов позже.

Если поставленная задача будет выполнена, ты не только себя станешь чувствовать лучше, но и окружающие с большим интересом на тебя будут смотреть.

6. И последнее – никогда себя не жалей! Это гиблое дело. Можно полчасика посидеть в углу, уткнувшись носом в пыльные обои, поплакать. Но потом нужно встать и идти дальше. Жалость

к себе разрушает даже самые грандиозные планы. Все плохо и ничего не удается? Сядь, оцени, что мешает тебе добиться желаемого, где могла произойти ошибка, и иди дальше. И не надо себя корить за неправильно совершенный поступок. Как говорится, проехали. Надо жить дальше.

Эпизод пятый
О мышах, лягушках, тараканах и других тварях, как существующих, так и выдуманных

Глава о страхах, причине их появления и верном средстве избавления от них.

Пример

Произошел этот случай, когда Маринке было шесть лет и она вместе с родителями переехала в новую квартиру. Все комнаты были заставлены мебелью, завалены вещами и книгами. Родители усадили Маринку на самый большой тюк с верхней одеждой, включили телевизор, а сами ушли.

По телевизору показывали «Всадника без головы». Затаив дыхание, Маринка посмотрела весь фильм, а когда пошли титры, ей стало казаться, что в комнате она не одна. В коридоре раздавался странный звук, будто кто-то подкованный медленно двигался в сторону комнаты, где сидела, не помня себя от страха, Маринка. Без сомнения, это был Всадник Без Головы. Маринка пулей вылетела из квартиры. Перед ней была темная лестница, а за спиной все настойчивей раздавалось: «Цок, цок, цок…»

Спокойно пересмотреть этот фильм Маринка смогла только лет через двадцать. К тому времени она успела переболеть боязнью Собаки Баскервилей, Восставших Мертвецов и всех экранизаций Конан Дойля (это там, где Шерлока Холмса играет Василий Ливанов, а Ватсона Виталий Соломин).

Информация

«Всадник без головы» – фильм, снятый по

одноименной книге Майн Рида, где рассказывается о том, как однажды в американских прериях появился странный всадник. У него не было головы. Если сейчас эту экранизацию сравнивать с современными фильмами ужасов, то она покажется детским лепетом. Но полтора десятка лет назад она очень даже впечатляла.

* * *

На горизонте маячил Хэллоуин, День Всех Святых, который почему-то принято отмечать с размахом, поминая всякую нечисть.

По установившейся традиции, Светка Павлова решила отметить этот веселый праздник на кладбище.

Резать тыкву, как это делают американские собратья, Светка не стала. Обошлась подручными средствами. В черной лыжной шапке сделала дырки для глаз и рта, на макушке укрепила гроздь лампочек. Перед надеванием шапочки на глаза нужно было нацепить зеленые очки для плавания, а на руки большие черные резиновые перчатки.

Дело осталось за малым – Павловой нужна была компания. Одной на такое дело отправляться не хотелось.

– Здравствуй! – махнула ручкой Олечка, только что

появившаяся во дворе. – Мама сказала, что мне надо больше гулять.

Лучшей спутницы для прогулки по кладбищу и придумать было нельзя. Олечка трусливая, напугать ее ничего не стоит.

– А мама тебе не говорила, что нужно не только свежим воздухом дышать, но и гулять? – начала издалека Светка. – Когда двигаешься, кровь обогащается кислородом в два раза быстрее. Пошли.

– Куда мы идем? – Олечка не понимала, что от нее нужно «взрослой» Светке.

– Куда-нибудь! – Павлова неслась вперед, в душе тихо надеясь, что Тихомирова не передумает. – Только бы подальше отсюда, от загазованности… О! Пошли налево.

– А что там? – не сдавалась Олечка. – Мне мама велела надолго не уходить.

– То есть ты хочешь сказать, что не пойдешь к моей бабушке? – Светка остановилась и картинно заломила руки. – А я думала, ты мне друг.

– Я не против, – растерялась Тихомирова. – Далеко она живет?

– Тут в двух шагах. – Светка свернула на тропинку и через небольшую калитку устремилась на кладбище. – Через парк, а там рукой подать.

Первые шагов пять Олечка не могла сообразить, куда ее привели. Неожиданно Светкина спина перед ней исчезла, и только тогда она огляделась.

Со всех сторон на нее смотрели кресты и осуждающие глаза покойников с фотографий.

«Мама!» – мысленно заорала Тихомирова, торопясь вперед по дорожке. За первым же кустом она заметила Павлову. Та разглядывала какую-то могилу.

– А вот и моя бабушка, – прошептала Светка.

Олечка посмотрела туда, куда указывала Светка, и обомлела. С фотографии на нее смотрела страшная старуха.

– Жуть какая! – вырвалось у Тихомировой. Что-то в этом надгробии ее смущало. – А разве… – повернула она голову в сторону подруги. Она хотела узнать, как старушка, умершая в 1947 году, могла быть ее бабушкой. Ведь тогда еще ее родители не родились. Но задать свои вопросы не успела.

Павловой рядом не было…

Страх для человека вполне нормальное явление. Как только возникает опасность для жизни, рождается и страх.

Ничего не боятся только придурки и идиоты. Ну еще в кино

встречаются подобные личности «без страха и упрека».

Страх такое же чувство, как любовь, радость или горе.

Для каждого возраста существуют свои страхи. Трехлетний карапуз боится остаться один без мамы. Четырехлетняя девочка опасается подходить к кошке. Пятилетний мальчишка может обходить стороной шумные грохочущие машины. Шестилетнего бывает тяжело усадить на лошадь.

И все это самый обыкновенный страх. Без мамы малыш чувствует себя незащищенным, а значит, в опасности. Кошка царапается. Машины слишком быстро проносятся мимо. Лошадь – большое и непонятное животное. Вдруг ни с того ни с сего она начнет скакать, кусаться и лягаться? Жуть, одним словом.

Такие страхи легко избежать – не отпускай руку мамы, не выходи на улицу, не подходи к кошке. Нет лошади – нет страха.

Хуже, когда страх сидит внутри тебя и является результатом твоей фантазии.

Добрая мама укладывала тебя ночью спать и приговаривала: «Спи, солнышко, спи, лапушка, закрывай скорее глазки, а то Бабай придет, тебя с собой унесет». При этих словах твоя душа проваливалась в пятки, сердце замирало. Тебе так и виделся громадный ужасный Бабай, с рогами на голове и поросячьим хвостиком. Он бесшумно спрыгивал с подоконника, на мягких кошачьих лапах подходил к твоей кровати и тяжело дышал в затылок.

От этих мыслей тебе становилось совсем плохо: ладони потели, сердце выпрыгивало из горла, а глаза ни в коем случае нельзя открыть, потому что… Дальше фантазия повторяет картинку с жутким Бабаем.

В холодном поту ты в конце концов засыпала и просыпалась совершенно разбитая, потому что над твоей головой всю ночь маячил пресловутый страх, подаренный доброй мамой.

А развеселая песенка: «Баю-баюшки баю, не ложися на краю. Придет серенький волчок и укусит за бочок»? Да после такой колыбельной не только сама три раза завернешься в одеяло, чтобы никто даже близко не подобрался, но и всю ночь глаз не сомкнешь, ожидая визита неугомонного волчка.

А обещание, что за не съеденную кашу тебя заберет милиционер или страшная грязная старуха? А крокодил под кроватью, который мечтает отхватить тебе ногу, как только ты соберешься вместо сна пойти прогуляться? Все это оттуда, из детства, из добрых маминых или бабушкиных рассказов.

Я знаю семью, где живет чудесный мальчик Ванечка. Ему скоро будет четыре. Он боится проходить мимо лестницы на первом этаже, потому что там живет страшный Гамалей, который

в своем грязном мешке носит непослушных детей. Ванечка очень не хочет попасть к Гамалею в грязный мешок, он старается вести себя хорошо. Только он не понимает, чем непослушный ребенок отличается от послушного. Еще одним кошмаром Ваниного детства стала девочка Илонка. Однажды крестная по секрету рассказала, что если он будет шалить и безобразничать, то обязательно превратится в капризную и очень противную девочку Илонку, которая только и делает, что ноет и канючит.

Впечатлительного Ваню только при упоминании имени Илонки начинает колотить крупная дрожь. Мама пытается исправить ситуацию, но чтобы избавиться от этого страха, должно пройти время. Много. Года два. И то не факт, что детская память навсегда вычеркнет этих «друзей». В самый неподходящий момент Илонка еще покажет Ване свой язык.

В чем тут дело? В фантазии. У детей она хорошо развита. Вот и лезут из их головы все эти домовые и лешие.

А извечные лагерные истории про Красную Руку, Зеленые Глаза и Черные Простыни? Нервы пощекотать, попугать друг друга – это же святое дело!

Психологи утверждают, что воображаемый страх хорошо снимает стресс. Устала ты в школе: физик замучил, математичка закатила такую контрольную, что через сорок минут твоя голова уже дымилась, по физкультуре пришлось сдавать зачет и бежать три километра. Пришла домой, врубила душевынимающий ужастик – и через два часа ты как огурец. Все проблемы позади, о грядущих бедах и не вспоминаешь.

Действует этот способ на людей с крепкими нервами и не очень буйной фантазией. На тех, кто видит на экране не отрубленные руки и ноги, а бутафорскую кровь и мастерскую работу гримера.

Всем остальным этот способ не подойдет – и так голова болит после тяжелого дня, а тут еще всю ночь будешь не спать, ожидая, что из-за шторы вурдалак какой-нибудь полезет.

Клин клином нужно вышибать. Бить по фантазии ее же методами. Превращать пугающую ситуацию в смешную. Или придумывать условия, при которых страх отступает.

Например, ты боишься остаться одна в темной комнате. Понятная ситуация. Не известно же, что там, в темноте случается, когда ты ничего не видишь. Может, шкаф с места на место переходит. А может, тапочки отправляются в гости к тараканам под диван. А может, постер с твоим любимым актером срывается со стенки и облетает свои владения. Или и того хуже – ковер сворачивается в трубочку и утекает за батарею.

Чтобы всего этого не случилось, нужно придумать свой

заговор. Или воспользоваться чужим.

Издревле, если происходило что-то страшное, люди говорили: «Чур меня!» Можно креститься или читать молитву.

Но это все сложно и неинтересно. Будет лучше, если ты придумаешь свою «бормоталку». Например, представишь белую лошадь, идущую через твою комнату. Как только она комнату пересечет, с тобой уже ничего произойти не может. При этом надо не забыть сказать: «Белая лошадь, забери страхи!» Или взять присказку из кино: «Раз, два, горе не беда».

Главное – поверить в свои слова. Ночью ничего не произошло, значит, лошадь помогла. Или слова помогли. Пару таких ночей, и ты поверишь в свою лошадь, как в мать родную.

Попробуй представить, не пожалеешь.

В конце концов фантазии на тему того, как старый бабушкин шкаф пересекает твою комнату, сильно отвлечет тебя от мрачных мыслей, и о некоторых страхах ты точно забудешь.

Наверняка в классе вы проводили вечера ужасов или на классной вечеринке устраивали комнаты страха. И, конечно же, хотя бы один раз в жизни забирались в раздевалку около физкультурного зала, где в кромешной темноте рассказывали друг другу страшные истории.

Страшно? Мурашки бегут по коже? Ночью после таких посиделок хочется спрятать голову под подушку и тихо завыть?

Как от всего этого спасаться? Превратить страшную ситуацию в смешную.

Например, вот так.

Пример

В одном черном-пречерном лесу стоит черный-пречерный дом. В этом черном-пречерном доме есть черный-пречерный коридор. В этом черном-пречерном коридоре находится черная-пречерная дверь. Эта черная-пречерная дверь ведет в черную-пречерную комнату. В этой черной-пречерной комнате стоит черный-пречерный стол. На этом черном-пречерном столе стоит черный-пречерный гроб. А в этом черном-пречерном гробу лежит маленькая беленькая мышка и громко храпит!

Или про радио.

Жила-была девочка. Однажды в ее комнате само включилось радио и говорит: «Девочка, девочка, закрой все окна и двери. Гроб на колесиках ищет твой город».

Девочка ничего не стала делать, а радио опять говорит: «Девочка, девочка, закрой все окна и двери. Гроб на колесиках ищет твою улицу». Пожала плечами девочка и начала есть конфеты, а радио еще настойчивей ей говорит: «Девочка, девочка, закрой все окна и двери. Гроб на колесиках ищет твой дом». Девочка выдернула шнур от радио из розетки, но радио все равно заговорило: «Девочка, девочка, закрой все окна и двери. Гроб на колесиках ищет твою квартиру». Тогда девочка пошла на кухню, взяла половник и спряталась за дверью. Как только гроб на колесиках въехал в ее квартиру, она со всей силы ударила половником по крышке. Из гроба вылез маленький чертик и обиженно спросил: «Зачем ты мою бибизику испортила?»

Полегчало? Если да, то у тебя неплохо с чувством юмора. Если нет – значит, ты очень любишь свой страх и расставаться с ним не собираешься. Ведь испуганного человека все спешат пожалеть: мама по головке погладит, папа, наконец, оторвется от телевизора и скажет пару проникновенных слов.

Такие случаи мы рассматривать не будем – нравится, живи. Для тех же, кто еще не забыл, что улыбка жизнь продлевает, а хорошая шутка ценится всегда и везде, предлагаю небольшой тестик, чтобы определить, **как у тебя с чувством юмора**.

Внимательно прочитай утверждение и подбери подходящую для тебя концовку. Если ни один вариант не

подходит, ты ставишь 0 баллов. Выбрала первый вариант – 3 балла. Второй – 2. Третий – 1. Постарайся не запутаться и быть искренней сама с собой.

1. Если кто-то идет в лес за грибами на ходулях, то он так поступил:

• чтобы было интересней;

• потому что боится змей;

• чтобы лучше видеть грибы.

2. Если человек, торгующий бочковым пивом, вдруг попросит кого-то из очереди принести ему лимонаду, то он поступает так:

• потому что хочет за свои деньги выпить что-то получше;

• чтобы рассмешить очередь;

• потому что решил вести здоровый образ жизни.

3. Твой сосед по парте уснул на уроке. Ты:

• обратишь на него внимание учителя и всего класса;

• спокойно продолжишь заниматься своими делами;

• громко опустишь на парту учебник или тетрадь, чтобы разбудить соседа.

4. К вам в школу приехал подростковый музыкальный коллектив из ближайшего клуба, и тебе очень понравился мальчик-ударник. Ты ухитрилась с ним познакомиться, но видно, что общаться с тобой он не хочет. Ты мысленно себе говоришь:

• «Приятно было познакомиться»;

• «Ладно, в другой раз»;

• «А почему?»

5. На переменке кто-то незнакомый просит у тебя 50 копеек. Ты отвечаешь:

• «Ты читаешь мои мысли, я как раз собиралась тебе именно столько дать»;

• «К сожалению, сегодня мама не дала мне мелочи»;

• «Зачем они тебе?»

6. Тебе на глаза попалось объявление: «Меняю новый мопед в хорошем состоянии все равно на что». Ты считаешь, что человек, давший объявление:

• ждет, чтобы посмотреть, кто попадется на удочку;

• наверное, не знает, куда деньги девать;

• с ума сошел!

7. В переполненном вагоне метро некто наступил тебе на ногу и не спешит с нее сходить. Ты говоришь ему:

• «Нога, на которой вы стоите, моя»;

• «Может быть, мы с вами поменяемся местами?»;

• «Будьте любезны подвинуться».

8. Ты смотришь по телевизору захватывающий детектив. В самый кульминационный момент гаснет экран. Ты считаешь это:

• прекрасной возможностью самой додумать концовку;

• совершенно естественным явлением;

• плохой работой технического персонала на телевидении.

9. Однажды тебе достался лотерейный билет «Спортлото». Ты заполнила его, но посылать не стала. Неожиданно ты узнаешь, что зачеркнутые тобой цифры выигрышные. Ты будешь считать, что это:

• упущенный шанс;

• твоя извечная невезучесть;

• …и вообще жизнь не удалась.

10. Ты пришла в гости, а там тебя угощают тем, что ты терпеть не можешь. Ты:

• с улыбкой все съешь, да еще и похвалишь того, кто все это приготовил;

• съешь угощение, но при этом у тебя будет такое выражение лица, что все сразу поймут: делаешь ты это через силу;

• откажешься.

Вот такой веселенький тестик. На все удалось ответить? С подсчетом проблем тоже не должно возникнуть. Сколько будет 3 + 2, даже первоклашка знает. Смотрим результаты.

От 21 до 30 баллов (больше быть не должно). Юмор в тебе бурлит и перехлестывает через край. Половина одноклассников в тебе души не чают, вторая половина старается держаться подальше – им от тебя не раз доставалось. Все учителя тебя считают шутом гороховым. Из-за своих шуточек и неуместных высказываний ты часть учебного времени проводишь в коридоре. Многие тебя считают нахалкой, хотя на самом деле это твой неуемный характер дает о себе знать. Все же порой стоит иногда сдерживаться, иначе и дальше твое поведение будут толковать неправильно. А тебе это надо?

От 11 до 20 баллов. Ты обладаешь нормальным здоровым чувством юмора. Любишь слушать анекдоты, можешь сама рассказать. Твои шутки не выходят за

рамки приличия. Вряд ли на 1 апреля ты будешь приклеивать друзьям на спины записки с неприличными словами.

От 6 до 10 очков. Ты тихий спокойный человек. Даже в хорошем настроении ты слишком, как говорится, «скучна». Из-за этой особенности тебя не часто зовут на вечеринки и в шумные компании – кому интересно смотреть на твое унылое выражение лица? И ребята здесь совершенно ни при чем. Может быть, это тебе надо быть чуть проще, легче относиться к шуткам, да и самой научиться время от времени улыбаться.

Меньше 5 баллов. Такие мрачные личности бывают только среди утомленных жизнью взрослых. Подобный человек скучает сам с собой. От него сбегают собаки, в аквариуме дохнут рыбы. Он предпочитает читать сугубо научную литературу (поэтому я не жду, что подобные уникумы возьмутся за эту книгу), не признает комедии и любой другой легкий жанр. Люди избегают с ним общаться, чтобы не «заразиться» их скучностью. Если же тебя угораздило попасть в эту компанию, то я советую тебе срочно взять читать роман Джерома К. Джерома «Трое в лодке, не считая собаки», Драгунского «Денискины рассказы», братьев Стругацких «Понедельник начинается в субботу» или какой-нибудь детектив пани Хмелевской. Читать все это залпом, не размешивая, захлебываясь заливистым хохотом. После прочтения три раза махнуть рукой и понять, что мир прекрасен и не стоит выдумывать в нем того, чего в нем нет.

* * *

Светка снова сидела на лавочке. Бросив Тихомирову метаться среди надгробий, она благополучно вернулась домой. Она уже подумывала испугать еще кого-нибудь, как вдруг около гаражей появился Колька с соседкой по лестничной площадке Ленкой. Эта парочка сильно испортила Светке настроение. Она нырнула за детскую горку, достала из пакета свой костюм и быстро облачилась в него. Досчитав до трех, она уже собралась выскочить прямо навстречу знакомым, когда у нее над ухом раздался скрипучий Танькин голосок:

– А Тихомирову милиция домой везет.

Светка поперхнулась подготовленным замогильным воем и

выпрямилась. Увидев ее, Ленка тихо ойкнула и покачнулась.

– Ну ты, Павлова, совсем того. – Голос Кольки Решеткина не обещал ничего хорошего. Он даже кулаки сжал, но сделать ничего не успел. Во двор въехала милицейская машина.

Светка медленно стянула с себя шапочку.

– Ух, ты! – Толстый милиционер с улыбкой посмотрел на перепуганных ребят. Особенно его впечатлила полная рыжая девчонка, зачем-то нацепившая на себя очки для плавания. – Где тут у вас 121-я квартира?

– Вы Тихомирову привезли? Вы ее на кладбище взяли? – вылезла вперед Половинкина. – Хотите, я покажу!

– Да чего уж показывать. – Милиционер легко вынул из машины Олечку. – Доведите ее сами. Только поосторожней, она сильно напугана.

Он поставил Тихомирову около дерева, махнул ребятам рукой и исчез в машине. Олечка покачнулась, собираясь обняться с землей, но внимательная Танька сделать ей этого не дала.

– Ты зачем ее на кладбище потащила? – Половинкина шипела, как придушенная змея. – Ее там сторож валерьянкой отпаивал.

– Ну ты, Павлова… – начал Колька, но не договорил, махнул рукой и, подхватив бледную Ленку под руку, поволок ее прочь со двора.

– А чего сразу я? – Своей вины во всем этом деле Светка не видела. – Уж и пошутить нельзя? Тоже мне – нашла чего бояться. Я понимаю, что-нибудь действительно страшное. Тараканы там. Или мыши.

– Слушай, ее надо как-то взбодрить, – озабоченно пробормотала Танька. – А то она до дома не дойдет.

– Как ее взбодришь? – Светка нерешительно потрепала Олечку по плечу. – Может, ее к врачу надо отвести?

– Без врача обойдемся.

С этими словами Половинкина резко встряхнула Тихомирову, так что у нее голова мотнулась взад-вперед. Олечка открыла глаза и тут же заплакала.

– Ладно, ладно, – неумело попыталась ее успокоить Светка. – Подумаешь, попугали ее немного. Кто ж знал, что ты такая нервная.

– Я не нервная, – сквозь слезы оправдывалась Тихомирова. – Я просто всего боюсь. – Она снова всхлипнула и продолжила: – Как свет в комнате выключаю, мне сразу начинает казаться, что из углов, из-за шторы кто-то лезет. А однажды я слышала, как по коридору ходил кто-то. Тихо-тихо так, топ-топ, топ-топ.

– Кому там в комнате ходить? – не поняла Светка. – Ты же

одна в комнате? Разве что тапочки твои гулять отправляются.

– Все равно страшно. – Олечка настроилась плакать по новой.

– Тогда свет оставляй, – пожала плечами Павлова, она была далека от этих проблем.

– Хуже будет, – покачала головой Танька. – Лампочка перегорит, и все. Проснешься – вокруг темнота, от страха совсем голову потеряешь. Лучше шторы не зашторивать, в комнате светло будет.

– Тогда в окно кто-нибудь обязательно залезет, – утомленно икнула Олечка.

– А ты форточку закрывай. – Светку удивляло такое количество сложностей.

– Они сквозь окно просачиваются, – одними губами произнесла Тихомирова.

– Кто просачивается?

Да кто угодно. Лешие и домовые, привидения и вампиры, оборотни и восставшие мертвецы. Все те, кого нарисовала твоя фантазия.

Откуда берутся страхи? Как уже говорилось раньше – мир не без добрых людей. Один раз увидел облезлого покойника по телевизору, остальное тебе дорисует фантазия. Собака Баскервилей повыла однажды над Гринпинской трясиной, следующую пару лет она будет выть у тебя в голове.

Боязнь темноты сродни животным чувствам. Человек не видит в темноте (в отличие от большинства животных), плохо слышит, а с нюхом у него вообще беда. Поэтому темнота для него всегда означала опасность.

В наших квартирах опасности нет.

В это надо поверить.

Стоит один раз взять свой страх за загривок, при выключенном свете обойти комнату и убедиться, что никто в углах не сидит, ожидая, когда ты уснешь. Что за шторой ничего, кроме соседнего дома, нет. Что призрак, сидящий на стуле, это твоя комом брошенная одежда. Кстати, советую не разбрасывать свои юбки и рубашки по всей комнате – будет меньше повода для страха.

Не можешь совершить экскурсию по квартире одна – на первый раз сойдет мама или папа. Второй раз попробуй сделать рейд по окрестностям квартиры в одиночку.

Барабашки и полтергейст относятся скорее к фантастике. По крайне мере, видевшим это чудо природы скорее повезло, чем не повезло. Самое время радоваться, а не пугаться. О тебе в газетах напишут, по телевизору покажут. Ты станешь знаменитой.

Подумай об этом, и тебе станет легче.

Впрочем, в борьбе с полтергейстом есть свои народные методы. В старину это чудо природы называли лешаком или домовым и, чтобы он не сильно озоровал, клали ему под крылечко тарелочку с молоком или кусочек хлебушка. В твоем случае сойдет и булка около двери.

Для невидимого жильца можно во время обеда класть лишнюю ложку и кусок хлеба. Что должно означать: «Мы берем тебя в члены семьи, так и ты имей совесть, веди себя по-человечески».

Чтобы наверняка обезопасить себя от разной нечисти в новой квартире, вперед всегда пускали кошку. Считалось, что этот зверь чувствует нечисть и что эта самая нечисть кошки боится.

Еще на нечисть действует милиция. Если послушать страшилки, только она, родная, и способна нас защитить от Красной Руки, Зеленых Глаз и Фиолетового Пианино.

Можно сильно обругать духа «нехорошими» словами. Духи существа обидчивые, обзовешь их «козлом», они соберут вещички и уйдут восвояси.

Если не «поднимается рука» обидеть такое милое существо, подари ему куколку или расскажи, как играть в карты, и брось подарок за холодильник. Твой неугомон найдет себе занятие и больше трогать тебя не будет.

Может так статься, что у твоего барабашки уже есть игрушка. Ее надо найти, перерыть всю квартиру, и если найдется какая-нибудь незнакомая куколка, то немедленно ее сжечь. Если же ничего не найдется, то все твои видения глюк и плод буйной фантазии. Можешь спать спокойно.

Тебе будет легче, если ты не станешь переживания держать в себе.

Ничего зазорного в твоих страхах нет. Это не говорит ни о том, что ты еще маленькая, ни о том, что у тебя отсутствует воля.

Если совсем плохо и даже белая лошадь не помогает, нужно встать, включить свет и отправиться прямиком в ванную комнату или на кухню. Прохладный душ наружно или холодный сок внутрь смоют наваждение. Можно попробовать перед сном почитать что-нибудь смешное, посмотреть комиксы, полистать модный журнал, потрепаться с подружкой. Сбить настрой. Или на худой конец сползти с постели и пару раз присесть. **Физические упражнения хорошо прочищают голову.**

В крайнем случае кричи: «Караул!»

Делай что-нибудь!

Медленно погружаться в собственный страх – верный путь в психушку. Утро не стоит ждать, утро надо встречать отдохнувшей

и бодрой, а не с трясущимися руками-ногами и с покрасневшими глазами.

Другое дело – страх реальный. Бояться можно чего угодно – от зеленого забора до мусоросборника.

Собака. Опасна. Но большинство собак сидят либо на привязи, либо ходят с хозяевами на поводке. Свободно бегает что-нибудь дружелюбное. Если тебя один раз покусала собака, то вряд ли это произойдет второй раз. В одну воронку второй снаряд не попадает. Если, конечно, ты не живешь с этой собакой на одной лестничной клетке и не встречаешься ей каждый день на пути.

Есть извечный «закон джунглей» – зверь чувствует твой страх, только тогда он нападает. Если животное видит, что перед ним стоит более сильный противник, скорее убежит, чем вступит в бой.

Чтобы спастись от собаки, нужно соблюдать *элементарные правила безопасности, которые состоят из одних «не»:*

– на нее НЕ стоит смотреть в упор – для собаки это вызов на бой;

– НЕ надо улыбаться незнакомой собаке – по-собачьи это значит обнажать зубы и демонстрировать силу;

– никогда НЕ убегай, редкая собака откажется от приглашения поохотиться;

– НЕ веди себя настороженно – с собачьей точки зрения, это значит готовиться к борьбе;

– НЕ навязывай собаке свое общество, иначе она это воспримет, что ты вступаешь с ней в борьбу за первенство.

Самое верное средство – не подходить к незнакомой собаке, не пытаться отнять у нее игрушку или взять миску с едой. Такого обращения даже мирный зверь не потерпит.

Защищаться от собаки стоит камнями, палками. Надежный вариант – намотать на руку куртку и выставить вперед. Тогда собачьи зубы до тебя не доберутся.

Жуки. Тараканы. Прочая гадость. Совершенно безопасны. Противны только. По большому счету сталкиваться с ними в городе негде. Город изгнал из себя всё, включая микробов.

Вспомни хорошие приметы. Увидеть паука – в скором времени придет известие или письмо получишь. Дождевые червяки вылезают из земли – значит, недавно прошел дождь. А из колючей гусеницы скоро получится красивая бабочка. С тараканами сложнее, с ними надо бороться. И чем быстрее, тем лучше. Впрочем, это уже взрослые дела.

Злой человек. Очень опасен. Но это в том случае, если ты

активно начнешь нарушать «законы стаи». Хотя если ты дожила до своих 12–13—14 лет, то с нормами общежития ты знакома хорошо и откровенных глупостей не совершаешь. Не ходишь в двенадцать ночи в мини-юбке по проспекту и по темным закоулкам, не знакомишься с пьяными дядьками, не садишься в случайно остановившуюся рядом с тобой машину, не щекочешь себе нервы, пытаясь через подсобку залезть к супермаркет. В остальном – все просто. Изначально человек не желает тебе зла. Ни продавцы в магазине, ни оператор в сберкассе, ни даже, ты не поверишь, учителя в школе. Тебе скорее помогут, чем начнут насмехаться и издеваться. Сложнее, если ты сама начала хамить. С перепугу. Тогда держись. Взрослый умнее и изощреннее тебя. В себя приходить будешь долго.

Учитель. Крайне безопасное существо. Почему? Да потому что у тебя есть свои методы борьбы с ним. Об этих методах смотри ранее. Если ты считаешь, что тебя обижают и притесняют, ты можешь попроситься в другую школу (это крайний случай) или написать заявление на переаттестацию. Твои знания может проверить независимая комиссия.

Главный совет

Не зависай в своем страхе перед кем-то или чем-то. Подобные «зависы» ведут к неврозам. Это уже лечат врачи, а не душеспасительные книжки типа этой.

* * *

– Так, будем тебя лечить. – Светка вскочила с лавочки и потащила вяло упирающуюся Олечку за собой. – У меня есть верный способ! – Она подхватила с земли большую березовую ветку. – Вот, это подойдет. Мы так в лагере делали. Нам вожатая показала. Вернейшее средство, – бормотала она, пока Олечка пыталась отговорить ее от задуманного – «верных способов» от Павловой ей на сегодня хватило.

Но Светку было уже не остановить. Путь ее лежал в квартиру Тихомировых. Мимо Олиной мамы она пронеслась маленьким ураганом и сразу устремилась в комнату.

– М-да. Это ты все читаешь? – спросила Светка, кивая в сторону бесконечных стеллажей с книгами.

– Это мамино, – пискнула Тихомирова.

– А цветы? – Все подоконники были уставлены комнатными растениями, парочка даже на полу стояла. – Ботаником хочешь быть?

– Моя мама… – начала Олечка.

– Понятно. – Светка ногой отодвинула с дороги пакет с чем-то бряцающим и удобней перехватила березовую ветку. – Иди, кипяти чайник и мне неси.

Когда Олечка вернулась в комнату с чайником, то застала странную картину. Светка шла вдоль стенки, держа двумя пальцами березовую ветку. Место, где ветка начинала качаться, она отмечала подвернувшимися под руку тапочком или книгой. Обойдя так всю комнату, Павлова отложила ветку и взялась за чайник.

– Будем возвращать твоей комнате энергетический баланс, – со знанием дела произнесла она. – Все твои страхи оттого, что атмосфера в комнате нездоровая. Сейчас мы ее вылечим.

С этими словами Светка начала безжалостно лить кипяток на развесистое растение, стоящее на полу. Той же процедуре была подвергнута подушка, ножка кровати, угол стеллажа и косяк двери.

– Как же я теперь спать буду? – прошептала Олечка, глядя на промокшую насквозь подушку.

– Крепко, – заверила ее Павлова. – Теперь здесь не осталось ни одного нехорошего места, можешь больше ничего не бояться. Если что опять появится, говори мне. Вылечим.

Она бухнула горячий чайник на стол, покрытый красивой новой клеенкой, и ушла, вполне довольная собой.

Интересно, что после такой процедуры Тихомирова действительно стала лучше спать. Светкина убежденность, что больше ничего плохого в Олечкиной комнате быть не может, передалась ей. Как только выключали свет и Оля начинала привычно думать о крокодилах под кроватью и монстрах за шторой, она вспоминала Павлову. И спокойно засыпала.

Сейчас я позволю себе маленькое *моралите*, то есть вывод, мораль.

Шутка, конечно, вещь хорошая. И жизнь как-то веселее становится, и вообще. Но шутка шутке рознь. Шутить над человеческой слабостью мерзко. Это все равно что горбатого человека упрекать в том, что он не может выпрямиться.

Школа – опасные и жестокие джунгли. Ты, твои друзья, одноклассники с удовольствием «проезжаетесь» по недостаткам друг друга. У того уши торчат, у этой зубы щербатые, у третьего челка стоит, словно корова языком лизнула, четвертая до того

толстая, что на стуле не помещается. Еще хуже, если кто-то обозначает свой комплекс, слабость или страх. Издеваться начинают с двойным удовольствием.

Мимо этого пройти тяжело. Издеваться над этим гадко.

Светку на кладбище оправдывает одно – она не знала, как Олечка отреагирует на ее шутку. Хуже другое: она не поняла, что сделала человеку больно. А здесь уже не до смеха. Шутка хороша, когда смеются все, а когда один плачет, а другой от смеха за живот держится, это уже издевательство.

Сейчас за свое поведение тебе стыдно не будет. Подумаешь, ерунда какая! Через десять лет ты об этом будешь вспоминать с содроганием.

Теперь про манипуляцию с веткой. Ничего особенного Светка не сделала. Что можно сделать веткой березы? Ничего. Своими действиями она убедила Олечку, что больше в ее комнате ничего нет. И Олечка ей поверила.

Вот и вся мораль.

Подведем итоги. 6 способов, как перестать бояться и начать жить спокойно.

1. Попробуй объяснить себе, что тебя пугает. Изложи это на бумаге. Конкретно, по пунктам. Если больше одного пункта не наберешь, считай, что страха твоего больше нет.

2. Придумай свой «заговор», из серии: «Я не я, лошадь не моя, и я не извозчик. А страх этот на соседней улице живет».

3. Не стоит перед сном смотреть страшилки, пугалки, играть в агрессивные компьютерные игры или читать «Графа Дракулу» Брэма Стокера. Истина прописная, но ей почему-то мало кто следует. Продолжают смотреть фильмы ужасов на ночь, играют до зари на компьютере, а потом удивляются, что из-за шторы зеленые монстры вылезают.

4. Не бойся рассказывать о своих страхах. Со страхами надо бороться, а не пытаться с ним жить. Жить вам вместе не получится, так что выбирай – либо они, либо ты.

5. Большинство страхов – это работа твоей буйной фантазии. Выходит, ты к вечеру не устала, раз твоя голова выдает такой букет ужастиков. Стоило сделать домашнюю работу или выучить лишний стишок Некрасова. Или, наконец-то, убраться в комнате – физический труд хорошо разгружает голову. Если уже ничего не помогает, то направь фантазию в нужное русло. Что она безнаказанно бродит по закоулкам твоего самосознания? Выгоняй ее оттуда и начинай думать о чем-нибудь приятном. О солнышке, о лете, о Новом годе, о грядущем походе на речку или каток, в магазин или в гости.

6. Не пренебрегай извечным правилом – если чего-то боишься, подойди и потрогай. Наверняка пришелец с Тау-Кита окажется свернутыми в узел и забытыми на стуле джинсами, а шевелящийся крокодил всего-навсего удачно брошенными колготками. И шелестит на подоконнике не только что приземлившийся инопланетный корабль, а случайно залетевший сухой осенний листок.

Эпизод шестой
Шнурки в стакане

Перед тобой откроются 15 тайн того, как найти общий язык с родителями и самой собой, как выбраться из безысходного состояния тоски и решить вопрос бессмысленности бытия.

Какую бы рассказать историю, чтобы было не так грустно и одиноко?

Кажется, что это тебе одной не повезло, только твои родители ТАКИЕ!

Я перебираю в голове своих одноклассников и знакомых, вспоминаю их родителей. М-да… Родителей не выбирают. А как много от них зависит. И как мы все стараемся быть на них не похожи, а годам к тридцати становимся их точной копией…

Грустно.

Пример

В детстве я страшно завидовала Аньке Плотниковой. Жила она с мамой и дядей Юрой, родным братом мамы. Дядя был веселым человеком, катался с Аней на велосипеде, по утрам совершал с ней утренние пробежки. Делал он это не потому, что за Аней нужно было следить, она и сама была очень даже самостоятельным человеком. А потому, что ему нравилось бегать по утрам и кататься на велосипеде. У Ани было все – первая видеокамера, первый компьютер, собственная комната. Она была очень уверенным в себе человеком. С ней мечтали дружить все девчонки в классе. Мы копировали ее походку чуть вразвалочку и манеру одеваться.

Я же дружила с Катей Ивановой. Она была слегка сумасшедшая, об этом знали все. Могла ляпнуть что-то вдруг, с разворота. Могла и врезать, если очень сильно доставали. Мы часто засиживались в ее совершенно не нормальной квартире, слушая магнитофон или споря о чем-нибудь до хрипоты. Первый раз попав в ее дом, я подумала, что здесь, наверное, идет ремонт – книги

лежали стопками на столах, полу и подоконниках, валялись автомобильные покрышки, паркет вздулся волнами. Через год я поняла, что никакой это не ремонт, а нормальное состояние квартиры и ее обитателей. Всю эту радость поддерживали ради папы, который писал докторскую диссертацию, параллельно ремонтировал машину и учил Катю жить. В итоге ничего у него не получилось. Из института, где он работал, его уволили, машина проржавела, а Катя так и живет, как жила десять лет назад.

* * *

Выходные выдались скучными. Моросил мелкий дождик. Улица превратилась в черный поток – все прятались от дождя под зонтиками.

С раннего утра субботы Светку Павлову мучил один вопрос – чем заняться?

Дома ее ничего не держало – обычно в выходной отец с утра заваливался на диван и смотрел телевизор, мать начинала метаться по хозяйству. В доме не оставалось тихого и спокойного места. Поэтому Светка отправилась на улицу.

Здесь вопрос «чем заняться» встал перед ней особенно остро. Потому что все вроде как шли по своим делам, одна она топала без всякой цели.

На краешке капюшона повисла капля и нехотя сорвалась вниз. Павловой стало совсем тоскливо, и она стала заглядывать в окна домов. По случаю непогоды в большинстве окон горел свет. За тонкими тюлями и толстыми шторами медленно текла своя жизнь. Светка любила представлять, как живут там, за окнами. Какая обстановка в комнате, как жильцы разговаривают друг с другом.

Она почему-то считала, что в чужих домах гораздо лучше, чем в ее собственной семье.

Пока Светка занимается наблюдениями, мы проведем небольшой тест. О себе и своей семье ты можешь думать все, что угодно. Что у вас все мирно и хорошо, что у вас как у всех, что лучше не бывает, да и хуже некуда. Про отношения в семье мы уже говорили в Эпизоде Втором, когда колдовали над кружочками. Сейчас разговор пойдет только о ваших отношениях, узнаем, как все есть на самом деле. Глядишь, что интересное откроется.

Итак, **тест «Рисунок семьи животных».**

Вообрази себя и своих родных в образе животных. Представила? Нарисуй их на белом нелинованном листе бумаги цветными карандашами.

Вопли «я не умею рисовать» и «у меня нет цветных карандашей» не принимаются. Мы тебя не в художественную школу принимаем. А за цветными карандашами нужно сходить в соседнюю комнату. Давай, давай, не ленись. В идеале это задание тебе стоит выполнять не одной, а вместе с подругой, так же как вы делали «Рисунок человека» или фантазировали о кораблекрушении. Она беспристрастно сможет оценить твой «шедевр» и разобрать его по косточкам. И заметить мелочи, на которые ты, конечно же, не обратишь внимания.

Рисунок выполнен? Меняйся с подругой – не бойся, ее фамилия тоже не Суриков.

Смотрим, *кого ты посчитала «семьей»*. Папу, маму, собаку и придверный фикус? Они и есть твоя истинная семья. Забыла брата или бабушку? В душе ты не причисляешь их к своей славной тусовке. Забыла нарисовать маму или папу? У вас либо ярко выраженный конфликт, либо негодование зреет в твоей душе и вот-вот может произойти извержение вулкана. Ты об этом не догадываешься? Пришло время задуматься.

В члены семьи ты зачислила своего кумира и лучшую подругу Таньку. Неладно что-то в вашем доме. Семья – замкнутая система. Если у вас все хорошо, то люди со стороны для определения понятия «семья» не нужны. Когда эти лишние люди там появляются, это говорит о том, что с «чужими» тебе лучше, чем с родными.

Кого ты нарисовала первым, тот и является для тебя главным в семье, того ты больше всех и любишь.

Расположение фигур на листе. Кто в вашей семье командир, тот и «взлетит вверх». Обычно там оказываются папы. Но встречаются и мамы. А еще в поднебесье должно найтись место для тебя. Это нормально. Пока еще мир крутится вокруг твоей персоны. Если же твой «зверек» оказался ниже всех и меньше всех – пора бить тревогу. Для тебя это катастрофа. Ты не должна чувствовать себя забитым и зажатым человеком, тем более в семье, так ты никогда не раскроешься, не найдешь себя. А ссоры между

родителями и тем более их давление на тебя никогда ничем хорошим не заканчивались.

Размер фигур тоже говорит о главенстве в доме и о том, с кем ты чаще и охотнее общаешься. Если родители пропадают на работе, дома вместо того, чтобы поговорить с тобой, они предпочитают пообщаться с телевизором и модным журналом и тебе от всех их щедрот достается тарелка макарон с сыром на ужин, то вряд ли такие родители на твоем рисунке будут больше тебя и любимой собаки.

Ты тут же начнешь возражать, что это и так понятно! Не скажи. Вроде бы вполне прозрачная ситуация бывает не видна, пока на нее не посмотришь со стороны. Или вот так – не перенесешь на бумагу.

Еще размер фигур может говорить о том, кто кого подавляет в семье. Только обязательно нужно смотреть, каким животным тот или иной член семьи изображен.

Например, больная деспотичная бабушка требует к себе повышенного внимания, капризничает, заставляет всех угождать своим прихотям. Она будет нарисована одной из первых, в центре, крупно, и если бабушка ведет себя очень агрессивно, то в виде хищника или какого-нибудь другого неприятного зверя. При этом автор рисунка изобразит себя где-нибудь на периферии, сверху в уголочке (если бабушка его самого не очень достает) или внизу (если бабушка особо рьяно берется за его воспитание). Выходит, что человек этот в семье самый главный, самый важный. И если учесть, что в норме все-таки семья – это группа равноправных участников, то такая ситуация не самая благоприятная.

Что делать? Изменить бабушку не получится. Да и не надо. Вставать на стул и кричать: «Я тоже человек! Обратите на меня внимание!» – глупо. В доме и так все на нервах, еще ты со своими поисками смысла жизни. А значит, нужно вести свою линию. Не через других, а через себя. Не требовать внимания к себе, а искать свой собственный интерес вне дома, где сейчас не до тебя. Советы те же – кружок, секция, клуб. Только не замыкайся в себе, не варись в собственном соку. Хуже станет. А реже будешь дома появляться, глядишь, и обстановка в семье разрядится.

Теперь самое интересное – *кто кем изображен*. Никто об этом не думает заранее. Так получается, что агрессивные члены семьи рисуются хищниками –

медведь, крокодил, пантера, змея. Даже кошка в некоторых случаях может рассматриваться как хищник. Если ты все же отважилась взяться за цветные карандаши, то здесь будет присутствовать красный цвет.

Когда пред тобой встала задача сделать рисунок и ты начала об этом думать, то подспудно пристроила особенности своих родных под того или иного зверя. Недаром же говорят, что каждый человек похож на какого-нибудь животного. Медлительный папа становится мишкой, шустрый младший брат собачкой. Красивая, следящая за собой мама кошкой. Мама, тянущая на себе весь груз забот, – верблюдом. Мама, которая много суетится и болтает, – обезьянкой. И ничего обидного в этом нет. Что поделать, если действительно похоже.

Если для изображения семьи тебе больше ничего не понадобилось, ты не рисовала дополнительные предметы (ни шкафы, ни диваны, ни столы), тогда можно говорить, что в семье у тебя более-менее благополучно. Если для того, чтобы объединить всех родственников, ты усадила их за круглый стол, значит, разобщенность между вами высока и для внешнего подчеркивания единства нужен некий атрибут.

Вопрос на память. Ты сразу взялась за рисунок или минут пять упиралась, пока подруга тебя не уговорила?

Если не сразу, то ты сама по себе человек неуверенный, сомневающийся в себе и больше полагающийся на других.

Какие *линии на рисунке*?

Рваные, с короткими штрихами? Это говорит о твоей неуверенности и тревожности.

Прямые штрихи говорят об упрямстве, настойчивости и упорстве.

Ритмичная штриховка – ты чувствительная раскованная натура.

Горизонтальные штрихи – подчеркнутое воображение и женственность.

Штриховка справа налево – замкнутость, желание уйти от контактов.

Штрихи слева направо – четкое осознание своих целей.

Штриховка от себя – агрессия, желание идти на контакт. Об этом же говорит линия с особо сильным нажимом.

Короткие штрихи – ты импульсивна.

Уверенные твердые линии – ты человек амбициозный, с рвением выполняешь интересные для тебя задания.

Сильный нажим – ты энергичный, настойчивый человек.

Цвет. Использование цвета – хороший признак, ты готова идти на контакт, раскрыть себя. Предположим, что карандашей у тебя было много и ты с удовольствием их все использовала. От двух до пяти цветов – ты легкий в общении, веселый человек, хорошо уживаешься в коллективе. Один цвет – ты сильно увлекающийся человек, причем до того, что, забыв обо всем, готова все разукрасить одним цветом. А множество цветов говорит о твоей неуверенности, о легком отказе от своих мнений и принципов.

Про *красный цвет* уже разговор шел – это цвет агрессии и желания власти. Если его очень много на рисунке, то ты не самый спокойный человек. Если какой-то член семьи изображен весь красным, значит, он ведет себя агрессивно по отношению к другим. *Желтый* – у тебя сейчас не лучшее время, ты чем-то подавлена, а поэтому не по-доброму поглядываешь вокруг. Много *черного* – ты застенчивый пугливый человек. *Зеленый* – ты добрый ранимый человек, тебе часто бывает нужна защита. Самый благоприятный цвет *синий и голубой* – это открытость, доброжелательность.

Представление о своей семье ты получила. Теперь я тебе раскрою несколько страшных тайн, и мы вместе попробуем разобраться, как жить дальше.

Тайна первая. *Родителей не выбирают.*

С этим ничего не поделаешь. Не поменяешь папу алкоголика на Рокфеллера, не сходишь в магазин и не возьмешь вместо истеричной мамы Мэри Поппинс. Родители у тебя такие, какие есть. И только такие родители тебя будут любить. К ним не надо подстраиваться, их не надо терпеть. С ними надо жить. А жизнь – это взаимные уступки, взаимное понимание, взаимные шаги навстречу.

Информация

Джон Д. Рокфеллер, американец, известен созданием крупнейшей мировой бизнес-империи, миллиардер, одно время был самым богатым человеком.

Мэри Поппинс – лучшая няня в мире, героиня

одноименной сказки Астрид Линдгрен.

* * *

– Отстаньте от меня!

Подъездная дверь хлопнула так громко, что звякнули стекла в окнах первого этажа.

Светка заторопилась во двор.

Тихомирова стояла в тапочках в центре большой лужи, спешно засовывая руки в рукава куртки. Дождь катился по ее лицу вперемешку со слезами.

Заметив Павлову, Олечка шмыгнула носом, плотнее запахнулась в куртку и зашагала по лужам.

– Что произошло-то? – Светка, стараясь не намочить ног, скакала по ручейкам следом за Тихомировой.

– У меня все хорошо, – буркнула Олечка, чуть ли не по колено штурмуя очередную лужу.

– Сейчас же вернись! – раздалось сверху, и на балконе последнего этажа появилась Олечкина мама.

Светка понимающе вздохнула. Родители – что с них взять? Они никогда не понимают своих детей. Только Тихомирова стала на человека похожа – на тебе, начались конфликты с матерью.

Олечка шагнула из одной лужи в другую и зло глянула вокруг. Светка ожидала, что подруга так и потопает по улице в тапочках. Но Тихомирова еще какое-то время постояла в задумчивости и… пошла домой.

«Типичный закон подлости, – скажешь ты. – Этим родителям, что ни делай, все не по ним».

«Не закон подлости, а закон природы, – добавлю я. – Вполне нормальная реакция на резкую смену поведения».

Взрослые тоже люди, и не все по щелчку пальцев могут перестроиться. Требуя понимания, не стоит забывать, что порой стоит попробовать понять других. Ей-богу, легче станет.

Тайна вторая. *Предки всегда недовольны своими отпрысками.*

Неувязочка получается – что бы ты ни сделала, им не угодить. А все почему? Из-за особенности человеческой психики – прожитое представляется в искаженном виде: все плохое забывается, хорошее остается. Вот взрослые и думают, что в детстве у них было все хорошо, вели они себя примерно, кушали кашу по утрам и по первому требованию своих родителей отправлялись в постель. И теперь от детей они требуют то же

самое.

Открою тебе сейчас не тайну, а так, небольшой секретик – родители не очень хорошо тебя знают, поэтому частенько волнуются понапрасну. Ну, не круглая же ты идиотка, чтобы садиться в машину к неизвестному, позволять себя провожать незнакомому парню, да еще не одному, а с компанией, и в двенадцать ночи бродить по темным дворам. Надеюсь, что к твоему возрасту здоровое чувство самосохранения в тебе развилось.

После теста ты поняла, что все пропало, что настало время собирать вещи и бежать отсюда, куда глаза глядят? Не спеши. Твоя семья не самое худшее, что есть на свете. Даже больше скажу – для тебя это лучший вариант.

Можно придумать разные классификации, подогнать родителей под стандарты, поделить их пополам и вычесть десять. От этого они не перестанут быть твоими родителями, твоей семьей, в которой ты ближайшее время будешь жить.

Нужно смириться с мыслью, что семья у тебя есть и другую не выдадут. Если посмотреть правде в глаза, родителей своих ты любишь. («Люблю отчизну я, но странною любовью» – хи-хи…) Какие бы они ни были калечные-увечные, пропитые алкоголики или злобные садисты – ближе их у тебя никогда не будет людей. А поэтому придется жить с тем, что выдано.

Именно жить, а не пережидать, когда «весь этот кошмар закончится», ты станешь взрослой, выйдешь за первого встречного и уедешь жить в другой город.

Пока же до этого сказочного момента далеко, придется жить в том, что имеешь.

Тайна третья. *Ребенок для родителей не взрослеет никогда.*

Да, да, даже в шестьдесят лет для своей мамы ты будешь маленькой девочкой.

Что же они от тебя хотят? Чтобы ты выросла здоровой, счастливой, выбрала хорошую (желательно высокооплачиваемую) профессию, вышла замуж за принца и поселила их в одном с собой замке. То есть ничего плохого они тебе не желают. Беда в том, что их планы слегка не совпадают с твоими. Пока не совпадают. Ты мечешься, ищешь себя, пытаешься разобраться в окружающем и уж никак не планируешь провести свою жизнь так, как живут ее взрослые.

Противоречие налицо – и что с этим делать?..

Ты существуешь в одном непроходящем конфликте, тебя постоянно ругают, отец оскорбляет тебя (на словах), а мать по поводу и без повода пьет валерьянку. Им не нравится, как ты

одеваешься, как ты ходишь, с кем ты дружишь, что ты ешь, как ты учишься, как проводишь свободное время, что все время висишь на телефоне, что ты слушаешь и смотришь. А кстати, эти ужасные журналы и книги…

Ничего не забыла? Недостающее вписать самостоятельно…

Короче – жизни никакой. Что остается? Бороться за свои права, биться до последнего, орать, грубить, хамить, топать ногами и грозить уйти в монастырь? Мужской…

И все равно тебя не понимают, не понимают и еще раз – не понимают! Знай это. И попробуй стать мудрее.

Четвертая тайна – *родители тебя не понимают не потому, что они такие ограниченные, а потому, что они люди другой эпохи, другого времени.*

Тебе сейчас 13–15 лет. Родителям под сорок, если не больше. Что было сорок, ну, или чуть меньше, лет назад? Социализм с коммунизмом, а то и хуже – глобальный развал и заря перестройки. Что у нас сейчас?

Впрочем, не будем об этом.

Твоим родителям в детстве внушали, что у каждого человека должна быть цель в жизни, красивая, высокая, очень полезная для общества – коров доить, хлеба растить, трактористом работать. И все это должно было закончиться светлой победой коммунизма.

Самой любимой школьной темой на сочинениях у них была «Моя заветная мечта» или «Цель всей моей жизни». На классных собраниях твои родители с жаром обсуждали, кем стать, чтобы принести наибольшую пользу обществу, и как прожить так, чтобы оставить след в истории. Все хотели быть космонавтами, учеными, первооткрывателями или покорителями целины. Мечта обязательно должна была быть великой.

Но великие мечты сталкивались с суровой реальностью, под которую нужно было подстраиваться, не особо высовываясь из толпы.

Сейчас другое время. Сейчас в норме идти против, выделяться, громко заявлять о себе и ни в коем случае не думать о благе окружающих.

А папенька все гнет и гнет свою линию про идеалы и про цели, предлагает играть в футбол или волейбол (коллективная игра), а ты все норовишь в большой теннис да на гитаре (игра один на один, где каждый за себя).

Самое интересное, что как твои родители не принимают сейчас твоих увлечений тяжелым роком или технотрансом, так твои дети будут посмеиваться над твоими увлечениями детства. И ты их так же не будешь понимать, как и твои родители сейчас

тебя.

Тайна пятая. *Никогда не спорь со старшими, не конфликтуй с ними.*

Особенно на житейско-бытовые темы. Если ты считаешь, что учитель допустил ошибку, то поспорить еще можно. Если же ты думаешь, что учитель не прав в своем педагогическом подходе, то… сушите весла, ты будешь растоптана, как французы у реки Березина в 1812 году.

Информация

Зимой 1812 года Наполеон спешно уходил из России, терпя поражения на всех направлениях. Последнее сражение было дано на границе, у реки Березина. Больше французы русским сопротивления не оказывали.

Каждый человек имеет право на свое мнение, даже если оно ошибочно. Если у тебя есть аргументы – начинай разговор. Если слов нет, одни эмоции – лучше придержи их при себе. Время покажет, кто из вас прав.

Взрослый по-любому перед тобой считает себя правым. Хотя бы в силу возраста и жизненного опыта.

«Шли бы они со своим опытом…» – слышу я злое шипение.

Не спеши. Потому что есть еще одна тайна и, пожалуй, самая страшная.

Тайна самая страшная, шестая. *Вы нужны друг другу.*

Для твоего возраста вполне нормально стремиться к самостоятельности, хотеть проводить время в компании сверстников, подражать лидеру или кумиру. И над всем этим витает неискоренимая неуверенность в себе, в своих силах. Родители и существуют для того, чтобы ты не чувствовала себя одинокой и незащищенной. Так может, вместо того чтобы на каждом перекрестке орать, что ты взрослая и самостоятельная, однажды вечером посидеть с ними на кухне и поговорить. И никакой опеки, желания подчинить тебя в этом быть не должно – сидят равноправные люди и разговаривают.

А ведь именно это нужно твоим родителям, которые совсем потеряли голову и уже не знают, с какой стороны к тебе подойти.

Если же конфликт мирным путем завершаться не хочет, если он все набирает и набирает обороты, то какой-то из

противоборствующих сторон пора делать шаги навстречу. Делает их обычно умный.

И пусть этим умным будешь ты.

А чтобы шаги эти не оказались особо болезненными и стоили тебе «меньшей крови», позволю дать *пару советов по усмирению разбушевавшихся шнурков в стакане.*

Если ты на фразу мамы: «Ты – лентяйка, опять не убрала свою комнату!» не станешь препираться, то это еще не значит, что по этому поводу вы с мамой совпадаете во мнении. Просто ты свое мнение не озвучила. Кутузов ушел после битвы при Бородине, и французы засчитали победу себе. Но история показала, кто вышел победителем…

Атмосфера в семье станет более разряженной, если ты чем-нибудь займешься. Меньше будешь мелькать перед родительскими очами – меньше повода для крика. Причем занятие это должно быть не болтанием по улице, а чем-нибудь полезным – спорт, кружки, клубы.

Скучно? В конце концов можно и соврать, что стала брать уроки игры на гитаре, хотя держать инструмент тебя будет учить Васька из соседнего подъезда.

Не иди сознательно на конфликт. В 14–15 лет есть множество способов самой себе казаться взрослой. Они крайне примитивны – пить, курить, ругаться с родителями, никогда ничем не помогать по хозяйству (из серии «я их не просила себя рожать, пускай теперь и расхлебывают»), громко врубать музыку в комнате, опаздывать, когда обещала прийти к определенному времени.

М-да… Как молоды мы были…

Детский сад, одним словом. Когда человек так себя ведет – это первый, и главный, признак того, что он еще маленький.

Самое время вспомнить еще одну тайну.

Тайна седьмая. *Твое желание все делать наоборот и назло родителям – это особенность подросткового восприятия жизни.*

Даже при всем желании тебе сейчас не избавиться от подросткового негативизма, скрытности, стремления к самостоятельности, желания уйти из-под родительского прессинга.

Избавиться нельзя, но можно сгладить некоторые острые углы. Если, конечно, есть желание.

Взрослый человек, а ты себя именно таким и считаешь, соблюдает хотя бы минимальные нормы общежития – вы ведь с родителями живете вместе.

Поэтому если тебя просят сходить за хлебом к обеду, за

которым ты этот хлеб будешь есть, то не понятно, почему ты этого не делаешь?

Лень? Неохота? А маме, которая до того закрутилась на работе, что у нее все из головы вылетело, и в первую очередь хлеб, охота второй раз надевать шубу и идти на улицу?

Никто же не просит тебя все бросать и бежать в прихожую. До ужина время есть – дочитай книгу, доиграй игру, дослушай трек, договори по телефону. А потом сбегаешь в магазин.

Препираться с матерью ты будешь дольше.

Тайна восьмая. *Не все поступки, которые осуждают родители, нужно совершать.*

Ты втихаря куришь, встречаешься с Сашкой, хотя тебе это категорически запрещено, ходишь без шапки зимой, вместо обеда деньги тратишь на компакт-диски. И ни о чем не говоришь родителям. Чтобы не беспокоились, чтобы лишних скандалов не было, чтобы…

В чем ты сейчас большая мастерица, так это в двух вещах – в молчании и во вранье.

Правильно, зачем все рассказывать взрослым, все равно не поймут.

Обычно и не понимают.

Но до упора молчать о действительно серьезной беде – только себе вредить. А может, стоит эти дела не делать, чем потом ходить и изображать из себя разведчика в тылу врага?

Можно лгать. Но в любом вранье есть оборотная сторона – о нем рано или поздно узнают. Будет очень неприятно.

Что же делать? Не только чувствовать себя как бы взрослым, а начинать потихоньку быть им.

Взрослый человек умеет думать не только о себе. Начнешь думать о других – можно говорить о твоем взрослении.

Ты считаешь, что поступила по-взрослому, пообещав прийти в одиннадцать вечера, а появилась после часу ночи? Первая мысль родителей – этот младенец даже время на часах правильно определить не может, а туда же – бары, дискотеки, мальчики.

Зачем идти на конфликт, обещая прийти в одиннадцать, хотя ты заранее знаешь, что дискотека раньше двенадцати не закончится, да к тому же, чтобы не прослыть маменькиной дочкой, ты еще час проторчишь на улице? Боишься говорить настоящее время сразу, не называй никакого времени. Если все же назвала одиннадцать, позвони, предупреди, что опаздываешь, – и тебе легче, и родителям спокойней.

Но это все же случилось. Ты опоздала, и ураган в кружке с

чаем начался.

Не спорь. К тому же ты и так виновата – еще в детском саду тебя учили, что врать нехорошо. А ты соврала, да еще намеренно. Так что лучше не упирайся.

«Ты грубая бесчувственная дрянь!»

«Да, – киваешь ты, не поднимая головы. – Так уж получилось. Иногда я бываю забывчивой».

«Какая же ты взрослая, если даже на часы посмотреть не можешь!»

«Да, – опускаешь ты глаза. – Со мной такое случается. В темном зале совершенно невозможно рассмотреть, что там показывает циферблат».

«Ты бессовестная лентяйка! Как ты ляжешь спать, если у тебя с утра в комнате кавардак?»

«Да, – снова согласишься ты. – Иногда мне бывает страшно тяжело убирать кровать. Зато сейчас можно ее не расправлять».

Как-то так приблизительно.

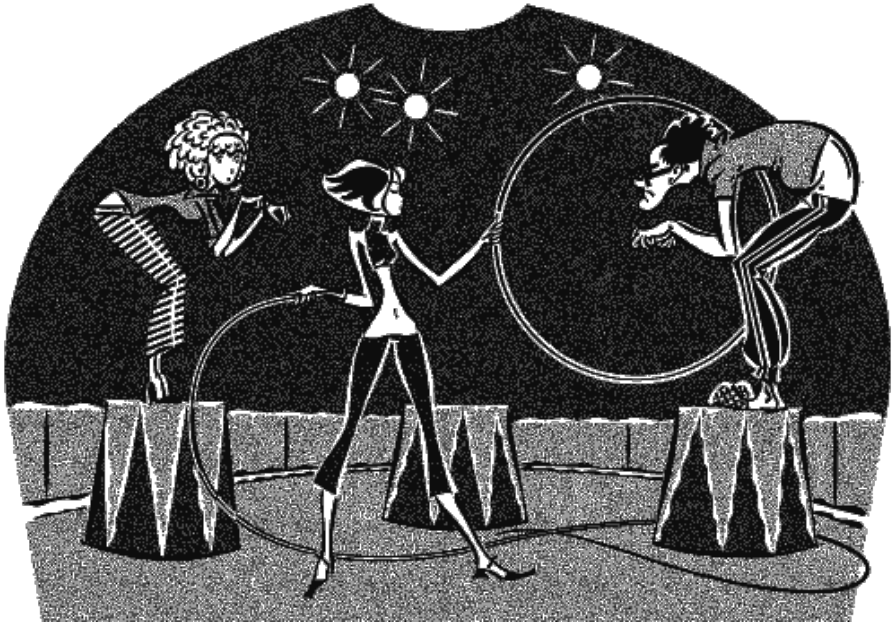
Только не начинать орать в ответ. Во-первых, крик – самое последнее дело в разговоре. Есть такое замечательное утверждение: «Юпитер, ты сердишься, значит, ты не прав». Чаще всего так оно и случается – громче кричит тот, кто не очень уверен в своей правоте. А во-вторых, в данном случае, да и во всех остальных, ты скорее всего не права, поэтому и подавно кричать не должна.

Говори «да» и частично соглашайся с маминым или папиным утверждением. Не стоит возводить на себя напраслину, это может привести к заметному снижению самооценки. Ограничивай родительские утверждения временными рамками. Ты не всегда лентяйка, а только временами, ты не постоянно что-то забываешь, а время от времени. Ведь это действительно так…

Тайна девятая. *Родителей можно и нужно воспитывать.*

Отношения между любыми людьми не складываются сами по себе. Их нужно долго выстраивать.

Учись вести разговор с родителями. Можно даже поначалу потренироваться перед зеркалом. Как только поднимается крик, мысленно досчитай до трех-пяти-семи, чтобы не заразиться общей истерией. Поверь, со стороны очень комично выглядит, когда один человек ругается, а второй спокойно его слушает. Конечно, мама воспримет это как чистое издевательство с твоей стороны. Но что поделаешь.



…Родители тоже не всегда бывают правы. Здесь действует обычнейший стереотип – я взрослый, поэтому прав. А значит, на детей обрушиваются все шишки и синяки. За отсутствие денег, за плохую работу, за мужа-алкоголика, за слякотную погоду, за некупленные зимние сапоги и похудевшую коллегу. Но ты-то тут ни при чем. Поэтому выбираемся из роли «мальчика для битья». Для твоего душевного состояния это будет очень даже полезно.

Продышалась? А теперь внимательно слушай, что тебе говорят. Бывает, что во время ссоры люди не слышат друг друга, поэтому разговор ни к чему не приводит. Тебя ругают за то, что ты по безалаберности в сотый раз не закрыла окно, дождь залил ламинат в комнате и теперь весь пол пошел буграми. А ты в ответ орешь, что тебя уже все достали, ты давно уже взрослая и со своими советами родители могут обращаться к кому-нибудь другому. О чем это вы? В огороде бузина, а в Киеве дядька.

Да, ты бываешь невнимательна и забываешь про окно. Но не всегда же? Например, зимой окно обычно закрыто. Да, с ламинатом вышла неувязочка, но если надо, ты, в наказание, согласна пару месяцев полазить «по горам», ломая ноги. Да, ты не закрыла окно, а что еще вам во мне не нравится?

Сбивай «боевой» настрой мамы уточняющими вопросами. Это позволит не только снять накал страстей, но и даже сменить тему на более нейтральную.

В конце концов можно пойти в контратаку. «Да, я такая, но вы же меня все равно любите!» Фраза, подкупающая своей наивностью и прямолинейностью. Что еще с тобой делать? Конечно же, любить. Больше ничего не остается.

Главное в этом деле – не перегнуть палку, от тяжелого на руку отца можно и по шее получить.

Бывает еще одна крайность – занудство. От занудного папочки никакое поддакивание не спасет. Здесь есть одно действенное средство – быстрые ноги.

Важно, чтобы процесс воспитания шел незаметно для родителей. Они и обидеться могут. Поэтому втягивать в круг своих интересов их надо постепенно.

Про обиды. На обиженных, как известно, воду возят. В образе «буки» ты вдвойне похожа на маленького ребенка.

Как определить, что ты все еще ребенок, хотя изо всех сил стараешься быть похожей на взрослого? Довольно просто.

Ребенок постоянно требует к себе внимания, порой становится неуправляемым в своем вечном стремлении быть в центре. Он не принимает никакой оценки, кроме положительной, в любом деле видит только свой интерес и свою выгоду. Предпочитает вымогать жизненные блага – капризами или обидами. В общении ребенок легок и необязателен. Его главный двигатель – «Хочу!»

Для информации – взрослый больше опирается на понятие «надо».

Вот ты уже и обиделась. Мало того, что ничего хорошего не сказали, еще и ребенком обозвали!

А ничего плохого в этом и нет. Психологически из этого состояния ты, дай бог, выберешься годам к двадцати. А некоторые и в сорок остаются дети детьми.

«Все фигня, я взрослая!» – упрямо твердишь ты. Ну что же, взрослый человек совершает взрослые поступки. По крайне мере, отдает себе в них отчет и несет за них ответственность.

А если совсем тяжко пришлось, иди за поддержкой к родителям.

Тайна десятая. *Ты должна играть с родителями по одним правилам игры.*

Очень часто разногласия происходят, потому что ты с родителями начинаешь «играть» по разным правилам. Ты идешь к ним с одним, они ожидают от тебя другого. И снова крик, снова звенят стекла от хлопнувшей двери.

Если же ты собралась в «открытый космос» мира взрослых, то сразу оговори условия игры.

«Я буду с вами разговаривать, я расскажу о своих проблемах и бедах, но на определенных условиях». А дальше говори, что хочешь. Хочешь, чтобы тебя не ругали, раз ты с ними честна? Хочешь, чтобы в течение часа стояла тишина? Хочешь?..

Если после твоего рассказа родители не сдержали слово, на первый раз их можно простить. Для такого случая есть твоя законная фраза: «Я так и знала, что все этим закончится! Лучше бы молчала!»

Умные родители должны тебя понять и извиниться. Хотя и их можно понять – услышав «такое», мало кто останется спокойным.

Если же и во второй раз договор будет нарушен, тогда ты имеешь полное право «уйти в молчанку». С такими родителями действительно не о чем разговаривать.

Если же в лице родителей ты найдешь настоящую поддержку, то жизнь твоя станет намного легче. Хотя совсем ругаться на тебя они все равно не перестанут.

Тайна одиннадцатая. *Носи, что хочешь, потому что родичи все равно будут недовольны твоим внешним видом.*

Это даже не тайна, а аксиома. Такая же, как твой негативизм.

Не спорь и не доказывай, что ты взрослая и можешь делать то, что хочешь. Тем более не переходи на денежную тему, типа: «Да подавитесь своим тряпками, я сама себе все куплю!»

Гиблый номер, ни к чему хорошему не приведет.

Тайна двенадцатая. *«Фильтруй базар».*

Очень часто споры возникают, когда родители пристают к тебе с так называемыми претензиями.

Про одежду стоит отмолчаться. За хлебом чуть попозже сходить. Заодно и прогуляешься. За открытое ночью окно можно и «пободаться».

Не гни попусту пальцы, сломаются.

Конечно, можно все делать назло. Вы мне в два часа ночи фильм не дали посмотреть, а я вам тут грязные трусы по всей комнате развешу. Но есть некий закон жизни, который всегда нужно соблюдать.

Твоя комната должна быть всегда убрана. Хотя бы на случай неожиданного прихода гостей, приезда родственников и появления на пороге твоего единственного и неповторимого.

Представляешь? Он к тебе в гости, а у тебя…

Посуду за собой нужно убирать. Не быть свиньей. И никаких разговоров. Приучать себя к аккуратности нужно сейчас, потом будет сложнее.

Что делать, если крики и ругань на тебя обрушиваются не за что, а просто так?

Сначала пойми, почему так происходит.

Отец на тебя срывается по поводу и без? Может, потому что ему приходится постоянно работать, отказываться от всего, в то время как ты, по его мнению, ведешь чересчур праздный образ жизни? Или его самого так в детстве воспитывали и теперь он на тебе применяет знакомые методы воспитания? А может, ты не считаешься с материальным положением семьи? Все твердишь: «Дай! Дай!» – пытаясь догнать Ритку по количеству и качеству шмоток?

Учись отличать, когда мама ругает тебя по делу, а когда по напраслине. Взрослые тоже иногда ошибаются.

Единственное, чего ни в коем случае нельзя терпеть и чему не стоит искать объяснение, – это побои.

Утверждение: бьют – значит, любят, к нашему случаю не пройдет.

Сейчас не временя Максима Горького, когда порку воспринимали как обычное дело. Побои наносят вред твоей самооценке и восприятию мира, они ожесточают тебя, заставляют видеть окружающее в мрачных тонах. Каждый удар останется в твоей памяти надолго.

Информация

Максим Горький – известный советский писатель конца XIX – начала XX века. В повести «Детство» описал методы воспитания своего деда, который порол детей по субботам. Не за что-то, а в профилактических целях, чтобы не баловали.

«Что же делать?» – спросишь ты.

Если бьют после скандала, значит, не надо на эти скандалы нарываться.

Бьют после выпивки – не попадайся на глаза в эти моменты.

Бьют за отметки – напрягись немного или заведи второй дневник, куда будут ставить только хорошие оценки. Еще вариант – поговори с учителем, объясни, что за трояк тебе здорово достанется. Пускай в журнале останется тройка, в дневник же попроси либо ничего не ставить, либо поставить другую отметку. Нормальный учитель все поймет.

Думай, на то у тебя и голова. Лобовая атака не лучший вариант.

И никогда не теряй надежды справиться со своей бедой. Ищи помощи и поддержки.

Тайна тринадцатая. *Отчаяние – удел слабых.*

Ты ведь сильная девочка. У тебя все получится. Часто происходит так, что забитые, угнетаемые дети, вырастая, превращаются в родителей, которые тоже начинают бить своих детей. Хотя в детстве давали себе слово, что никогда такими не будут. Помни о своих словах, не становись копией своих горе-родителей, не калечь жизнь своим детям. Они этого не заслужили.

Тайна четырнадцатая. *Тяжелое душевное состояние не длится вечно. Когда-нибудь оно обязательно изменится.*

Чем тяжелее тебе в жизни, тем острее ты чувствуешь свое одиночество.

Одиночество проявляется, когда во всем разочаровываешься, когда все не устраивает. Когда сама в себе не можешь разобраться, а с окружающими найти общий язык и подавно не получается. Когда отношения со сверстниками становятся особенно жесткими.

Ты одна. Ты не понимаешь, зачем ты живешь, что от тебя

хотят, какой смысл во всем, что происходит вокруг.

И что самое обидное – ладно бы вас таких потерянных бродил целый класс!

Другим хорошо. Вон они беспечно смеются, показывают на тебя пальцем, и им плевать на твои переживания.

Такое бывает.

Есть люди, которые существуют по заданной схеме, без увлечений и интересов. Живут от утра до вечера, не дальше. Они подражают другим, делают так, как все. Им нужны удовлетворение своих элементарных потребностей и развлечения. Больше ничего.

В этом мире легко только примитивным личностям. Тем, кто начинает задумываться над окружающей действительностью, всегда тяжело. Так стоит ли завидовать тем несчастным, кто обречен прожить серую, незаметную жизнь? От безделья они будут сначала лавочки ножами резать, потом начнут пить, дело дойдет и до наркотиков. А что потом?

Это сейчас они вместе, поэтому кажутся сильными и всезнающими. Но это ненадолго. Их кружок распадется. Они начнут спиваться, болеть, ругаться, жениться, разводиться, умирать.

Надо понять, что не могут все быть похожими друг на друга. Если все слушают хард-рок, то и ты должна «тащиться» от этой музыки? Если все проводят вечера на дискотеках, то и ты должна ежедневно трястись в потной толпе?

Ты никому ничего не должна. Если вместо посиделок в грязном подъезде тебе больше по душе читать книги, это не говорит о том, что ты тупой необщительный человек. Просто ты относишься к так называемому церебральному типу людей (от слова «церебра», что означает головной мозг). И что в этом плохого? Значит, в компанию тебе надо искать похожих на себя людей, не активного типа, а думающего. Только и всего.

С одиночеством тебе нужно справляться самостоятельно. Ищи друзей, пиши стихи, займись делом, поговори с родителями.

Дружба не терпит уныния и нытья. В общении человек должен быть интересен. Может, причина твоего одиночества в том, что на твоем лице давно не было улыбки?

Только не наделай глупостей. Твое подавленное состояние, негативный взгляд на мир – это временное явление. Это пройдет. Надо чуть-чуть подождать. Посмотри на старшеклассников – они все это уже пережили. И ты переживешь.

Не замыкайся в себе. От одиночества в голову могут полезть глупые мысли. О бессмысленности бытия, о самоубийстве, о бренности всего земного. Гони эти мысли прочь поганой метлой.

Не к месту они.

Иди к людям, займись спортом.

Вставай на лыжи – и голова заметно проветрится!

Пока же ты размышляешь, куда тебе податься – в кружок икебаны, на художественный свист или заняться подводным плаванием, я тебе предложу небольшой тестик на тему общения. Может, твои проблемы в том, что ты за всю свою длинную жизнь так и не научилась общаться?

Насколько ты умеешь решать задачи, где условиями выступают отношения между людьми. Наверное, не стоит напоминать об искренности ответов. Все равно результаты будешь знать только ты.

Перед тобой утверждение и три варианта ответа. Если ты выбрала первый вариант, то ставь себе 3 балла, второй вариант – 1 балл, третий – ничего не ставь, это 0 баллов.

Бумажку подготовила? Тогда поехали.

Тест «Умеешь ли ты общаться?»

I. На вечеринке тебя познакомили с человеком, который тебе сразу чем-то не понравился. Ты:

1 – попытаешься с ним о чем-нибудь поговорить;

2 – станешь избегать общения с ним;

3 – используешь первую же возможность поставить его на место.

II. Тебе предлагают выполнить работу, к которой ты не подготовлена. Ты:

1 – признаешься, что совершенно во всем этом не разбираешься, и попросишь объяснить, что здесь и как;

2 – откажешься;

3 – возьмешься за дело, в надежде обвести всех вокруг пальца.

III. Тебя явно обсчитали в кафе или в школьном буфете. Ты:

1 – попросишь проверить счет еще раз;

2 – молча заплатишь;

3 – прямо скажешь, что тебя обсчитали.

IV. Когда ты сталкиваешься с человеком, который имеет тяжелый физический дефект, является инвалидом, калекой, ты:

1 – будешь общаться с ним обычно, в своей манере;

2 – будешь стараться быть с ним особенно любезной и предупредительной;

3 – постараешься избежать контакта с ним.

V. У подруги появилось новое платье, которое ей явно не идет. Она спрашивает твое мнение. Ты скажешь:

1 – «Тебе оно понравится»;

2 – «Прекрасная погода сегодня, не правда ли?»;

3 – «Оно выглядит ужасно».

VI. Имея дело с продавщицей, ты:

1 – обычно улыбаешься и говоришь что-нибудь приятное;

2 – бываешь любезна только при условии ее любезности;

3 – относишься к ней как к обслуживающему персоналу, то есть формально.

VII. Ты можешь откровенно признать, что ты:

1 – интересуешься большинством окружающих тебя людей;

2 – уютно чувствуешь себя в узком кругу;

3 – общаясь с людьми, часто испытываешь скуку.

VIII. Когда ты встречаешь людей другой национальности, ты:

1 – не замечаешь их отличия от тебя;

2 – испытываешь тайное опасение;

3 – убеждена, что твой образ жизни значительно лучше.

IX. После пикника на природе ты обнаружила, что поблизости нет мусорного бака. Ты:

1 – заберешь весь мусор с собой;

2 – закопаешь его где-нибудь;

3 – оставишь все, как есть.

X. Ты стоишь в очереди в магазине и никуда не торопишься. Стоящий за тобой человек явно куда-то опаздывает. Ты:

1 – предложишь ему пройти раньше тебя;

2 – сделаешь покупку первой, поскольку подошла твоя очередь;

3 – будешь долго копаться перед прилавком, чтобы он «малость остыл».

Постарайся при подсчете баллов ничего не пропустить, один балл сместит тебя не в ту группу.

Больше 21 балла. В принципе все нормально. Ты можешь искренне и с интересом относиться к людям. Ты человек обаятельный, с тобой многим приятно

пообщаться, и от одиночества ты явно не страдаешь.

10–21 балл. Ты, что называется, человек сам себе на уме. Своего не упустишь, но и другим вреда не принесешь. На вечеринке с тобой хорошо, а вот контрольную ты вряд ли дашь списать. Ты не любишь вступать в конфликты, поэтому в споре скорее промолчишь, чем начнешь с пеной у рта доказывать свое мнение. Ты вряд ли возьмешься за рискованное предприятие, а значит, вряд ли кого-то подведешь. В твоем характере есть один большой плюс – ты умеешь ставить себя на место других людей.

Меньше 10 баллов. Кажется, по вопросам ты и сама все поняла – характер твой не сахар. Выполняя какое-то дело, ты редко думаешь о других, больше о себе. Друзей у тебя маловато, а те, что есть, похожи на мазохистов (это люди, которым нравится, когда им делают больно). Вполне возможно, что окружающие тебя не понимают. Многие твои поступки и правда невозможно понять. Поэтому-то вокруг тебя и появилась «зона отчуждения» – кактус легче обойти, чем продраться сквозь его колючки. Пока не поздно, борись со своими недостатками (если ты их в себе видишь). Понаблюдай за лидерами и любимцами класса, научись у них легкости общения. Будь снисходительней к людям.

Тайна пятнадцатая. *С недостатками в твоем характере еще не поздно побороться.*

* * *

Дождь набирал все новые и новые обороты, и конца ему видно не было. Светка начала потихоньку замерзать и подумывать, а не пойти ли ей домой.

Хлопнула подъездная дверь, и за порог снова шагнула Олечка Тихомирова.

Павлова протерла глаза.

Она была уверена, что после такой ссоры с матерью Тихомирова не скоро появится на улице. Но прошло всего каких-нибудь полчаса, и она снова стояла под навесом, одетая по погоде, в куртку и кроссовки.

– Я в бассейн, – бросила Олечка, проходя мимо.

– Разрешили? – ахнула Павлова. Такой поворот событий в голове у нее не укладывался.

– Мы договорились, – донеслось до Светки уже из-за гаражей.

Специально для девушки Светы, которая не умеет все схватывать на лету, я повторю 7 верных способов умерить родительский гнев и начать жить нормально.

1. Смирись с тем, что твои родители такие, какие они есть, и перестань фантазировать на тему, что тебя усыновили и пока не успели сказать об этом. Другие родители у тебя не появятся. Подкидыши бывают в бразильских сериалах и детских сказках. Помни, твои родители любят тебя, хотя это и не всегда видно. Да и ты их любишь, просто пока об этом не догадываешься.

2. Конфликт «отцов и детей» вечен. Все родители всегда недовольны своими детьми. Не стоит мамино брюзжание воспринимать в штыки. Меньше конфликтуй и ругайся. Дело это гибельное (чаще родители все равно оказываются правы) и бесполезное (криком ты не добьешься своего, только настроение всем испортишь. И себе в том числе). Учись уходить от ссоры. Воспринимай это как игру и не принимай близко к сердцу.

3. В любом конфликте кто-то, обычно умный, начинает предпринимать шаги к его прекращению. Окажись этой самой умной и начни воспитывать своих родителей. Пока они не понимают тебя и того, что происходит. Ты же видишь и понимаешь все – тебе и карты в руки.

4. Прими за факт, что твой характер сейчас тоже не сахар – все-то тебя раздражает, ничего-то тебе не нравится, со всем-то хочется поспорить. Что поделаешь, возраст у тебя такой. Но это не повод в ответ на мамину просьбу сходить в магазин накидываться на нее с обвинениями в том, что «ты не просила себя рожать!» Сдержанность – достоинство королей (и королев в том числе).

5. Старайся не оставаться одна в таком тяжелом состоянии, как глобальная неудовлетворенность жизнью. Попробуй поговорить с родителями, найди себе занятие. Не уходи вглубь себя, хлопнув дверью. Там холодно, неуютно, по углам шуршат пауки, а по полу тараканы бегают.

6. Всерьез подумай о том, что твое всепоглощающее непонимание жизни и постоянные разногласия с окружающими людьми еще не повод для нескончаемых расстройств. Может, ты избрана для грандиозного свершения, ты иная или тебя забросили пришельцы из космоса? А может, ты уникум и твое место в музее за стеклом? А ты все туда же – как все, как все…

7. Вы с родителями нужны друг другу, поэтому не бросай попыток установить с ними контакт. Да, они такие-рассякие, старомодные, недогоняющие, консервативные. Но именно их

поддержка тебе сейчас особенно нужна. А им-то твое, хотя бы малейшее, понимание как будет в радость. Подумай о том, что взаимным молчанием вы лишаете друг друга удовольствия общения.

Эпизод седьмой
Кто в доме хозяин

Пикантная глава об отношении между девушками и парнями, о странном чувстве любви, о жизненной установке на счастье и о том, как с наименьшими потерями пережить расставание. А также шестнадцать секретиков – как победить боль и отчаяние от поражения, справиться с ревностью и задушить в себе зависть.

Пример

Вместо истории расскажу анекдот. Приходит муж домой и с порога хвать кулаком по столу. «Кто в доме хозяин?» – кричит. Жена упирает руки в бока и спокойно отвечает: «Я. А что?» «Ничего, – шепчет муж, пряча глаза. – Я так спросил».

* * *

Первой из подъезда вылетела Светка Павлова и исчезла за гаражами. За дверью послышался грохот, и на улицу выпал Колька Решеткин. Минуту он лежал, приходя в себя, потом с трудом сел.

– Поймаю, убью, – процедил он сквозь зубы в окружающее его пространство.

Вскоре дверь открылась снова, и над Колькой склонилась Ленка. Голова и одежда Ленки были мокрыми, хотя дождя на улице не было уже неделю.

– Я сейчас с ней такое сделаю… – прошептал Решеткин, сжимая кулаки.

– Не надо, Коля, – всхлипнула Ленка.

– Кто это вас так? – поинтересовалась входящая в подъезд Олечка Тихомирова.

– Иди, куда шла, – отмахнулась от нее Ленка.

– Это Светка ей дверь «заминировала», – донеслось из ближайших кустов.

– Катись отсюда, – отмахнулся Колька от сидящей в кустах

Таньки Половинкиной. – А то и тебе достанется. – Он попытался встать, но с шипением опять упал на асфальт. – Нога, – простонал он.

– За что она его так? – Олечка присела рядом со стонущим Колькой.

– Влюбилась, – доложил голос из кустов. – А он с Ленкой гуляет.

– Замолчи! – взвизгнула Ленка, вскакивая и исчезая в подъезде.

– Павлова же в него давно влюбилась, – наивно пробормотала Олечка.

– Ой, бабы… – обреченно помотал головой Колька и, сильно прихрамывая, пошел к подъезду, где только что скрылась Ленка.

– На себя посмотри! – От возмущения Танька даже из кустов вылезла.

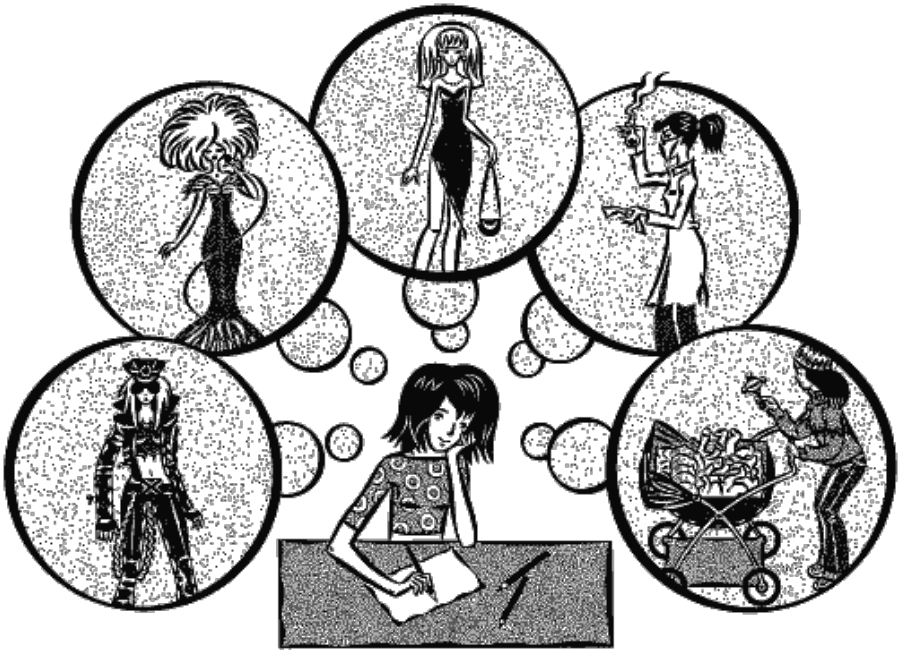
«Вот это любовь!» – вздохнет кто-то, глядя, как Джульетта вонзает в себя нож и падает рядом с мертвым Ромео.

«Какая страсть!» – подумает вторая, наблюдая, как бьется в смертных судорогах Дездемона, задушенная яростным Отелло.

«Скукотища!» – зевнет третья, отворачиваясь от семейной пары, прогуливающейся в парке с годовалым карапузом.

Информация

Если ты еще не в курсе, английский драматург Уильям Шекспир был мастер создавать образы. Так, образы Ромео и Джульетты из одноименной трагедии стали символом настоящей, но трагической любви. А Дездемона с Отелло из трагедии «Отелло» – символом ревности и бессмысленной жертвы этой самой ревности.



Представления о любви у всех разные. Но именно от них зависит, какая любовь встретится тебе на пути.

Закрой глаза и вообрази, какая ты будешь в двадцать пять лет. Лучше даже не так. Возьми лист бумаги и попробуй нарисовать. Хотя бы приблизительно.

Высокая, красивая, по плечам струятся волосы. Коротенькая юбочка, узенькая талия. Так, так, а что у нас дальше?

Если рядом с тобой стоит мужчина, будущий муж, а за руку ты держишь такую же красивую девочку, как ты, то с внутренними установками все в порядке – ты нацелена на создание семьи. И это правильно. Что еще нужно для полного счастья? Любовь и дети. Ну, еще работа престижная не помешает.

У тебя получилась другая картинка? Смотрим. Высокая, красивая, в строгом деловом костюме с портфелем в руке? Здесь тоже все понятно. Ты настроена на деловой лад. Даже больше скажу – ты и мальчиками пока особенно не увлекаешься. Не до них тебе, у тебя же впереди такие грандиозные планы!

Или не так! Ты представила себя среди реторт, колбочек и стопок книг? Учиться, учиться и учиться! Хороший лозунг. Тебе сейчас тоже не до парней. Еще бы! Ведь впереди самое главное испытание – поступление в МГУ. И не важно, что ты еще учишься в седьмом классе. К такому ответственному мероприятию нужно готовиться заранее.

Или такая картинка. Ты сногсшибательная блондинка в обольстительном платье. А вокруг тебя кавалеры, кавалеры, кавалеры… Ты и сейчас очень даже эффектная девушка, заметно

выделяешься среди одноклассниц, знаешь об этом и не стесняешься своей внешности. Хотя порой и перебарщиваешь с макияжем.

Могут быть и другие варианты – ты звезда телеэкрана, а вокруг поклонники. Они тебя забрасывают цветами и на руках несут к роскошному автомобилю.

Или ты под большим рюкзаком штурмуешь Эверест. Или ты в длинном черном платье, в руке томик только что вышедших твоих стихов. Или…

Ах, мечты, мечты… Дай бог им сбыться…

* * *

– Ты чего, с ума сошла? – Половинкина первая нашла зареванную Светку в зарослях кустов за гаражами. – А если бы ей ведро по голове попало? Тебя бы могли в милицию забрать!

– А что он с ней ходит… – всхлипнула Павлова.

– А что, ему нельзя? – парировала Танька.

– Нельзя, – шмыгнула носом Светка. – Я его люблю, и он больше ни с кем не должен быть.

От такого утверждения Танька на секунду опешила.

– А если он тебя не любит? – задала она резонный вопрос.

– Не любит? Полюбит! – с угрозой в голосе произнесла Павлова.

Пришло время открывать маленькие секретики, похожие на прописные истины, но тем не менее страшно полезные в нашем деле определения твоего места в жизни.

Секретик № 1 – *если чего-то очень сильно хочешь, то это сбывается.*

Надо только, чтобы твое желание было четко сформулировано и ты этого действительно очень хотела.

Кто мечтает выйти замуж – выходит. Кто мечтает быть знаменитой – становится (правда, иногда на время, а не насовсем). Кто хочет заработать кучу денег – зарабатывает. Кто боится попасть под машину и все время об этом думает – под нее попадает.

О силе убеждения могу привести такой пример.

Пример

Одной женщине никак не удавалось похудеть. То ли она все перепробовала, а результата никакого, то ли она и пробовать не стала… Короче, захотелось ей быть такой же стройной, как Ума Турман. Повесила она ее фотографию в комнате, перед сном стала на нее смотреть и мысленно мечтать стать такой же стройной. И что ты думаешь? Через пару месяцев, к своему большому удивлению, она заметила, что стала худеть, испугалась и выбросила фотографию Умы Турман. На этом все и закончилось.

Вот она – сила убеждения!

Настраивайся на положительный лад – и все у тебя получится. А то придумываешь себе всякую ерунду, что некрасивая, что никто не любит, что небо зеленое, а трава коричневая, а потом расстраиваешься. Однажды выйдешь на улицу, а трава и правда коричневая, небо зеленое, а ты некрасивая. Вот все удивятся. А ты еще и плакать будешь.

Влюбленность тоже своего рода убеждение.

Ты решила, что любишь парня из параллельного класса. И все тут. А он к тебе – ноль внимания. Ты в истерике, ты в тоске, ты ему всякие каверзы подстраиваешь. А он ходит мимо, тебя не замечая, как будто ты стенка.

А все почему? Твое решение, что ты влюблена, может быть далеко от истины. Любовь проявляется не только на словах и в тоскливых взглядах. Любовь – это состояние, это своеобразное сумасшествие, когда ни есть, ни пить, ни спать нельзя. А ты о своей любви вспоминаешь, только когда он мимо проходит. Какая же это любовь?

Но порой такие убеждения помогают. Пока ты не научилась по-настоящему любить, и такие чувства подойдут.

Итак, занимаемся правильной установкой на жизнь. Чтобы и тебе хорошо, и другим не обидно.

Для начала выкидываем из головы все истории про несчастную любовь.

Я страдала, год сравнялся.
Он пошел, с другой обнялся.

Русская народна частушка

Твоя любовь должна быть счастливой – и точка.

Тебя будут любить. Крепко, искренне и самоотверженно.

Ты встретила парня для того, чтобы быть вместе, а не для

того, чтобы расстаться.

Никогда не думай о расставании. Твои мысли подгоняют финал ваших отношений. Думай о хорошем.

Секретик № 2 – *подправь собственное мнение о себе.*

Я – само совершенство
Я красивая!
Я – неотразимая
Я самая умная
Я – самая-самая

Если ты сама себя считаешь некрасивой, глупой и примитивной, так же о тебе будут думать и другие. Пускай твое лицо не эталон красоты, зато в тебе есть своеобразное обаяние и шарм. Твое лицо не штамповка, как у модельных красавиц, а несет свои индивидуальные черты. Если ты не такая, как все, это не значит, что ты глупая. Ты такая, и люби себя такой. Как в том фильме. Ты самая обаятельная и привлекательная, все парни сходят от тебя с ума. А кто не сходит, у того глаза не на том месте.

Для самооценки хорошо бы вспомнить прошедшие победы. Найди свои старые грамоты и награды, значки и медали, поздравительные открытки, в конце концов. Перебирание этой своеобразной «аптечки» очень помогает отвлечься от неудач.

* * *

– Как же он тебя полюбит, если он с Ленкой гуляет? – упрямо гнула свою линию Половинкина.

– Куда он денется? – Во взгляде Павловой сверкала решимость. – Я его заставлю себя полюбить, иначе от Ленки мокрого места не останется. Это я сегодня ей ведро с водой поставила, а завтра мышеловку в портфель положу.

– Ну и дура. – Танька встала. Ей надоело переубеждать упертую Павлову. – Чем больше ты будешь приставать к Ленке, тем сильнее тебя будет твой Коля ненавидеть.

– Ничего, – прошептала Светка. – От ненависти до любви один шаг.

Массовое поветрие любви – тоже своего рода установка.

Все уже… А я еще…

Вот и выдумываешь себе любовь-морковь и страсти-мордасти.

Сначала отделим котлеты от мух, а булочки от тараканов.

Если ты очень ждешь любви, если грезишь о ней по ночам, если смотришь фильмы только со счастливым концом, где венец всего свадьба, – ты заранее себя программируешь на влюбленность. Ты «влюбишься» в первого же мальчишку, который обратит на тебя внимание или попросит списать контрольную. На него ты повесишь все свои представления о любви, почерпнутые из дамских романов и бразильских сериалов, и будешь на него обижаться, что под твой стандарт он не подпадает.

А что он? Он прячется от тебя, не подходит к телефону, увидев тебя на улице, переходит на другую сторону или глухо игнорирует.

Знаешь почему?

Секретик № 3 – *в любой ситуации не забывай, что ты девушка.*

Нечего брать на себя «мужские» функции – звонить, просить, дарить подарки. Если девушка не любит, у парня еще есть шанс завоевать ее расположение. Если же парню девушка не нравится – тут уж ты можешь на голову встать, свое внимание он на тебя не обратит. Чтобы твоя мечта сбылась, нужно провести сложную психологическую игру, к которой ты пока не готова. Для поддержки могу сказать только одно – никогда не «штурмуй» парня. Жди удобного случая. В его жизни может начаться черная полоса – его бросит девушка, он со всеми разругается, жизнь его перестанет радовать. Не упусти момент – это твой шанс сделать его счастливым хотя бы своим присутствием.

Учись кокетничать.

Кокетство – верное оружие по завоеванию мужчины, умелая игра по ловкому заманиванию в свои сети желаемого человека. Состоит оно в смене настроения, в попеременном то притягивании, то отталкивании партнера.

Информация

Кокетство – это такая манера поведения, когда ты пытаешься заинтересовать собой собеседника. Сначала ты улыбаешься парню, заигрываешь с ним, потом отворачиваешься, перестаешь замечать, а через какое-то время снова оказываешь знаки внимания. Смена твоего настроения заставляет парня теряться в догадках, многое додумывать, а в итоге постоянно пребывать в мыслях о тебе.

Кокетство способно вызвать привязанность, постоянную заинтересованность. В момент кокетства задействованы все чувства. Ты вызывающе ходишь, совершаешь определенные жесты, соответствующе одета, говоришь мягким приятным тембром, напеваешь приятную мелодию, ты нравишься сама себе и окружающим людям.

Кокетство заложено в саму женскую природу. У кого-то это получается легко и естественно, они даже сами не догадываются о своих талантах. Другим приходится этому учиться.

Составляющим кокетства считается *застенчивость и*

целомудренность. Это своеобразная вера в светлое и благородное начало жизни, которое непременно победит зло и пошлость. Перед застенчивостью преклоняются чистые поэтические натуры.

Лесть тоже относится к оружию кокетства. Когда один человек хвалит другого человека, он играет на тонких струнах его души.

Уверенность в себе, осознание собственной привлекательности. Если ты уверена, что можешь увлечь понравившегося тебе парня, то это тебе скорее удастся, чем нет. В ход идет вся палитра женских качеств – капризы, безразличие, надменность, наивность, наигранное недоумение.

Основное место в кокетстве отводится *взгляду и улыбке*. Знаменитая «стрельба глазками» с закусыванием губки действует почти безотказно.

Слезы тоже производят должное впечатление. Правда, злоупотреблять ими не стоит. Частые слезы раздражают.

Ну, и не забывай про *одежду*. Если ты хочешь заинтересовать собой парня, стоит тщательно продумать гардероб. А то твоя застенчивость может не вязаться с короткой юбкой и черным лаком на ногтях. А повышенная жизнерадостность с черным мешковатым свитером и вытянутыми на коленях черными же джинсами.

На что парни обращают внимание в первую очередь? Какая девушка их сразу привлечет?

Кокетка
Натуральная блондинка
Когда им самим оказывают явные знаки внимания
Здоровый аппетит девушки
Ее решительность
Хорошие «формы»
Умение готовить
Независимость
Смех и остроумие
Публичный показ привязанности
Успешность девушки

Брать крепости – это мужская привилегия. Для парня самый большой комплимент – назвать его «крутым». Настоящий мужчина, по версии современных боевиков и романов, любыми средствами, невзирая на препятствия, борется за торжество своей идеи. Так устроен мужской мир: жизнь есть борьба, поэтому надо постоянно самоутверждаться и навязывать другим свою волю. Тихие скромники не в почете. Без изрядной доли нахрапистости успеха в жизни не достичь.

А девочки? С детского сада им внушают, что кричать нельзя, бегать нехорошо, капризничать некрасиво, а драться – так это вообще что-то не поддающееся объяснению. Неписаные правила настоящей девушки предполагают непременную кротость, сдержанность в выражении чувств. В крайнем случае можно вступиться за слабого. Любое другое поведение – крик, громкий смех, развязное поведение, панибратское отношение с парнями, неуклюжесть, неаккуратность – считается проявлением невоспитанности и вульгарности.

Как это ни удивительно, но даже в наш демократический век эти неписаные законы еще действуют. Ты можешь стать своей в мужской компании, но полюбят скорее всего не тебя, всю такую разбитную и компанейскую, а тихую Яну. Потому что она девушка, а ты скорее пацан, чем девчонка.

Чтобы не особенно уходить в фантазию, мы сейчас выясним, насколько велико в тебе благоразумие и терпение. Ведь именно эти два качества отличают «истинную леди» от просто «леди».

Тест «Насколько ты благоразумна?»

Вариантов ответов два – «да» и «нет».

1. Можешь ли ты выйти из себя по незначительному поводу?
2. Боишься ли ты разозлить человека, сильнее тебя физически?
3. Можешь ли ты начать скандалить только для того, чтобы на тебя обратили внимание?
4. Нравится ли тебе ездить на большой скорости, особенно если это связано с риском?
5. Когда болеешь, любишь ли ты лечиться, запихивая в себя побольше лекарств?
6. Пойдешь ли ты на все, чтобы получить то, что тебе очень хочется?
7. Нравятся ли тебе большие собаки?
8. Любишь ли ты часами сидеть на солнце?
9. Уверена ли ты, что когда-нибудь станешь знаменитостью?
10. Можешь ли ты вовремя «выйти из игры», если чувствуешь, что начинаешь проигрывать?
11. Есть ли у тебя привычка много есть, даже когда ты не голодна?
12. Любишь ли ты заранее знать, что тебе подарят?

Теперь внимание! За ответ «да» на вопросы 2 и 10 и за ответ «нет» на все остальные вопросы, то есть на 1, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 11, 12, поставь себе 1 балл.

Что у тебя получилось?

Больше 8 баллов. Ты невероятно разумна. Даже странно, как в твоем возрасте тебе удается так все просчитать и держать себя в руках. Неужели ты уже столько шишек набила, что боишься разочарований? Вроде рановато. Без небольшого риска жизнь скучна. Попробуй хотя бы один разок ничего не запланировать на целый день вперед. Пусть все идет как идет. Дай судьбе шанс удивить тебя, и жить сразу станет интересней. Да и новых знакомств бояться не стоит. Новые люди приносят с собой долю разнообразия.

От 4 до 8 баллов. Для девочки вполне подходящий результат. Немного сумасбродства, немного легкомысленности, немного капризов, но в целом – все в норме. За особыми рекордами не гонишься – оставляешь эту привилегию мальчишкам, которым всегда и во всем хочется быть первыми. Хотя мы-то с тобой знаем, кто на самом деле выйдет победителем…

Менее 4 баллов. Привет, пацан! Вперед, через забор! Тормоза придумали трусы! А лампочки изобрели слепые! Скейтборд, сноуборд, агрессивные ролики, прыжки с парашютом, 200 км/ч на мотоцикле – и тебе все мало. Малейшее препятствие выводит тебя из себя. Порой стоит сбавлять обороты и переходить на обычную ходьбу. На низких скоростях ты сможешь заметить все то, чего не замечала раньше. Красоту пустяка, обаяние спокойствия, изящество рассудительности. Кстати, пока ты несешься сломя голову, ты пропускаешь своего принца. Принцы последнее время ходят пешком.

* * *

– Все воюете? – Баскетболистка Вероника выглядела сегодня на удивление бодрой и веселой. – Светка опять буянит?

Павлова со злобой глянула на девчонок и, крутанувшись на пятках, потопала сквозь кусты.

– Переживает? – с пониманием спросила спортсменка.

– Злобничает. – Половинкина нехорошо прищурилась, соображая, кому свежую новость стоит рассказать в первую очередь.

– Да ладно. – Вероника перебросила тяжелую спортивную сумку из одной руки в другую. – Не всем же везет в любви.

– Свои эмоции надо держать при себе, – процедила Танька сквозь зубы и побежала следом за Павловой.

Танька Половинкина права. И парням и девчонкам стоит иногда сдерживаться.

«Легко сказать! – слышу я со всех сторон. – Он говорил, что любит, а теперь вовсю гуляет с Машкой. И я должна молчать?»

Не должна.

Возникшие проблемы нужно решать. Только зачем всему классу знать о твоих проблемах? Еще на смех поднимут. Подруги твои тоже не должны страдать из-за твоего плохого настроения.

Как же быть, если все плохо? Если он любил, да бросил? Или того хуже – ты любишь, а он нет? Как в такой ситуации оставаться спокойной?

Секретик № 4 – *то, как ты реагируешь на неудачи, зависит от того, как тебя воспитывали в детстве.*

Если в детстве тобой особенно не занимались, не проявляли заботы и любви, то сейчас тебе приходится особенно тяжело. От окружающих ты постоянно требуешь похвалы, хочешь, чтобы они тебя поддержали в минуты сомнений, все время говорили, какая ты хорошая.

В противном случае ты снова будешь чувствовать себя обделенной вниманием, тебе будет казаться, что тебя не ценят по достоинству.

Дальше по замкнутому кругу. Чем меньше ты себя ценишь, тем сильнее переживаешь за неудачи. Чем больше ты стенаешь, тем меньше вокруг людей, способных тебя терпеть.

Почему я говорю только о тебе, а не о какой-нибудь пофигистке Лизке? Да потому что у нее и так все хорошо. Даже если ее бросили, она уверена, что найдет себе достойного кавалера, сможет на пятерку написать любую контрольную, успеет выполнить все запланированные дела, а если поступит не в МГУ, а в МПГУ, то и это будет неплохо.

Информация

МГУ – Московский государственный университет, самое престижное учебное заведение России.

МПГУ – Московский педагогический

государственный университет. Второй по значимости университет России.

Секретик № 5 – *всегда борись со своим плохим состоянием.*

Возьми лист бумаги, подели его пополам, сверху напиши «ХОРОШО», «ПЛОХО» и начинай перечислять.

В «ПЛОХО» «Я злая», «Я плохая», «Меня никто не любит», «Сенька бросил, потому что я не умею играть на компьютере, поэтому глупая», «Все парни круглые идиоты», «Математичка старая стерва, снова влепила мне трояк, хотя могла и четверку натянуть»…

Продолжай, продолжай, не стесняйся. Бумага не краснеет, она все стерпит. В конце концов, листочек потом можно съесть, сжечь, спустить в унитаз, растоптать ногами.

Рука еще не устала писать? Тогда переходим к хорошему.

Вспоминаем… «Мама купила новую куртку, как я просила», «Вчера раздобыла постер, предположим, с Павлом Майковым или Александром Киреевым (для тех, кто не знает, это группа „КГБ“)», «Танька дала послушать новую песню певицы, например, Светы».

Давай, давай, работай. Что там у нас еще набралось? «Вчера от расстройства не стала ужинать, утром брюки застегивались заметно легче», «Сегодня Серега с Колькой спросили, что случилось. Колька обещал позвонить».

Ну, как? Чувствуешь, что настроение заметно повышается? Если нет, тогда разорви лист пополам, как раз по разделительной линии и все «плохое» сожги. Пускай твои беды улетят вместе с пеплом и рассеются как дым.

Секретик № 6 – *не надо трагедий!*

Глобальные трагедии остались во времена Шекспира. Это там рушились королевства, гибли империи и из-за одной прекрасной девушки начиналась грандиозная война.

У тебя же сейчас «дела житейские», как говорил Карлсон. Даже если ты выйдешь на балкон и начнешь заламывать руки с воплями: «Какая я несчастная!» – ты не станешь похожа на Ярославну, горюющую об ушедшем на ратное дело князе Игоре.

Долой все крики и причитания! Настраивай себя на правильный лад.

Информация

От древних времен до нас дошел текст шедевра древнерусской литературы «Слово о полку Игореве». Там

есть знаменитая песнь, плач Ярославны. Ее муж Игорь ушел в поход, вот она и переживает. Почитай, очень трогательно.

Санёк бросил, да еще повсюду рассказывает, какая ты такая-рассякая? Выходит, Санёк не такой уж и хороший человек, как казался вначале (нелестные эпитеты в адрес Санька ты можешь проговорить вслух). И чего тогда из-за него убиваться? Это единичный случай, и больше он не повторится. Это одна игра, которую ты проиграла. Кто сказал, что впредь ты не сможешь выиграть пару сетов подряд?

Секретик № 7 – *в глубокой хандре не забывай о том, что у тебя были и хорошие времена.*

Пускай сейчас все плохо, но ведь было и хорошо! Ну-ка, припомни, когда ты последний раз хохотала от души и какое событие тебя особенно порадовало? Ты впервые села на лошадь? Генка прокатил на мотоцикле? Подружка подарила очень ценный подарок? На вечеринке крутили смешной мультик?

Секретик № 8 – *не сдавайся!*

Удача любит смелых. Пока ты стоишь на месте и льешь слезы, с тобой ничего не происходит, только болото все больше и больше затягивает.

Начинай двигаться, придумай себе любое дело, поставь цель. Например, найти в цветочном магазине и купить растение рододендрон. Загадай – как только купишь, дела пойдут на лад.

Очень помогают физические упражнения. Если тебе так плохо, что выть хочется, в голове туман, а в глазах тоска – отправляйся на улицу в длительный забег. Гарантирую тебе, что через полчаса интенсивного бега ты почувствуешь себя по-другому.

Секретик № 9 – *не посылай всех к черту, делай что-нибудь!*

«Тебе легко об этом писать, – слышу я слезный вздох. – А я жить больше не могу. Отстаньте все от меня».

И хлобысь книжкой о стенку.

Каждый волен выбирать пути решения своей проблемы. Но только слабохарактерные отказываются от борьбы и сигают с балконов. Думают, что после этого любить их будут больше. Наивные. Как в том анекдоте. Сын бежит на речку, мать кричит ему в окно: «Утонешь, домой не приходи!»

Ты человек сильный и можешь сама справиться со всеми бедами. Денек-другой помучаешься, потом возьмешь себя в руки.

А насколько быстро ты умеешь справляться с задачками, которые тебе подбрасывает твоя неугомонная судьба, мы сейчас выясним.

Тест «Способна ли ты решать свои проблемы?»

1. Рассказываешь ли ты своим друзьям о своих проблемах, неприятностях?

• нет, это мне не помогло бы (3 балла)

• да, если есть подходящий собеседник (1 балл)

• не всегда, у подружек хватает и своих забот (2 балла)

2. Сильно ли ты переживаешь неприятности?

• всегда и очень тяжело (4 балла)

• все зависит от обстоятельств (0 баллов)

• смиряюсь, ведь любой неприятности рано или поздно приходит конец (2 балла)

3. Ты чем-то очень огорчена. Что ты делаешь?

• позволяю себе удовольствие, о котором раньше долго мечтала (0 баллов)

• иду к хорошим друзьям (2 балла)

• «жалею» себя, отсиживаясь дома (4 балла)

4. Хороший друг обидел тебя. Как поступишь?

• «спрячусь в свою раковину» (3 балла)

• потребую объяснений (0 баллов)

• расскажу любому, кто готов выслушать (1 балл)

5. В минуту счастья?

• не думаю о несчастье (1 балл)

• меня не покидает тревога, что счастье быстро пройдет (3 балла)

• не забываю о том, что и огорчений в жизни не мало (5 баллов)

6. Как ты относишься к психиатрам?

• не хотела бы стать их пациентом (4 балла)

• многим людям они смогли помочь (2 балла)

• человек в силах помочь себе сам (3 балла)

7. Судьба, по твоему мнению:

• постоянно испытывает тебя (5 баллов)

• несправедлива к тебе (2 балла)

• благосклонна к тебе (1 балл)

8. О чем ты думаешь после ссоры с подругой, когда гнев проходит?

• хорошем, что было у вас в прошлом (1 балл)

• тайном мщении (2 балла)

• том, сколько вытерпела от нее (3 балла)

7—15 баллов. Ты легко миришься с неприятностями, даже бедами, так как способна верно оценить их. Ценно то, что ты не склонна жалеть себя (слабость, присущая многим). Твое душевное равновесие достойно восхищения!

16–26 баллов. Ты часто ругаешь свою судьбу. Предпочитаешь выплескивать проблемы и неприятности на других. Тебе необходимо чье-то сочувствие. Может быть, лучше научиться владеть собой?

27–36 баллов. Ты не умеешь справляться со своими бедами. Возможно, поэтому они тебя так терзают. Ты замыкаешься, нередко жалеешь себя. Будь у тебя волевой характер при хороших задатках, ты успешно справлялась бы с проблемами и неприятными ситуациями. Они подкарауливают в жизни не только тебя. Ну, а если все беды и несчастья мира навалились на тебя разом, почитай еще раз мои секретики, один из них тебе обязательно подойдет. Уйдут не все беды, но кое с чем ты справишься.

* * *

Олечка Тихомирова застала Светку Павлову врасплох. Та на корточках сидела на лестничной площадке третьего этажа и колдовала над каким-то свертком.

– Ты хочешь взорвать дом? – негромко спросила она.

От неожиданности Светка подпрыгнула.

– Черт! – выдохнула она. – Я думала, это Ленка идет. Ты чего так тихо подкрадываешься?

– Ты ее хочешь убить? – в ужасе прошептала Олечка.

– Вот еще, – фыркнула Светка. – Морально уничтожу. Колька ее сам бросит, когда увидит, какая она на самом деле.

– По-моему, он пока видит, какая ты на самом деле, – пожала плечами Тихомирова.

– Ничего, время покажет, кто из нас прав! – гордо произнесла Светка и помчалась вниз.

– Вот это любовь, – вздохнула Олечка, глядя на сложное сооружение, собранное около двери Ленкиной квартиры.

«Никакая это не любовь, а самая банальная ревность», – скажешь ты и будешь права. Ревность, ревность, она, родная. Как

мы порой завидуем более удачливым подружкам, у кого и родители богатые, и фигурой бог не обделил, и общаться с кем угодно они могут легко! Как мы ревнуем к их победам.

О справедливости мы говорить не будем, пускай эту сказку рассказывают малышам в детском саду. Справедливости не существует, а поэтому зависть – единственное наше законное право при глобальной несправедливости.

Секретик № 10 – *зависть и ревность – губительные чувства, из своей души их надо гнать поганой метлой.*

Привычка завидовать другим трудно поддается искоренению. Она приятна своей бездеятельностью. Я буду лежать на диване и всем завидовать. Но не встану, чтобы что-то сделать. Ведь завидовать куда проще, чем что-то делать. Можно сесть, прикрыть глаза рукой и, еще раз напомнив миру о себе, сказать: «Ах, какая же я несчастная!»

С ревностью справляться легче, но если она тебя захватила, то завести может в самые непроходимые дебри. Зная предел этому чувству, можно научиться с ним бороться.

Как быстро тебя охватывает ревность? Много ли сил она отнимает? Об этом ты узнаешь, пройдя **тест «Насколько ты ревнива?»**.

Если на вопрос ты можешь ответить «всегда», то ставь себе 15 баллов. Если «иногда» – 10 баллов. «Никогда» – 5 баллов.

1. На вечеринке ты встречаешь знакомого, который тебе нравится. Но он не один, а с другой девушкой. Испытываешь ли ты резкий наплыв ревности?
2. Многие твои подружки мечтают познакомиться с известным актером, певцом или спортсменом. Как ты думаешь, ребята тоже выбирают себе подруг по принципу «насколько она известна»?
3. Считаешь ли ты, что ревность обязательный спутник любви?
4. Со своим молодым человеком ты пришла на вечеринку. Неожиданно с ним начинает флиртовать какая-то неизвестная девчонка. Сможешь ли ты владеть собой в такой ситуации?
5. Может ли дружба между парнем и девушкой перерасти в нечто большее?
6. Испытываешь ли ты какие-нибудь чувства (гнев, грусть) при воспоминании о прошедшей любви?
7. Огорчит ли тебя рассказ твоего парня о его первой

влюбленности?

8. Хотела бы ты оставить на память фотографию своего бывшего возлюбленного?

9. Со своим молодым человеком ты собиралась пойти в кино, но в последний момент у тебя возникли неотложные дела. Молодой человек пошел на фильм со своей одноклассницей или подругой. Будешь ли ты считать, что эта девушка ему теперь нравится больше, чем ты?

10. Приятно ли тебе слышать фразы типа «Я люблю тебя больше всего на свете»?

Что же, пятерки с пятерками складываются легко, нули с нулями тоже, подсчет не должен у тебя затянуться, все в пределах двух сотен.

От 50 до 80 баллов. Ты абсолютно не ревнива. Тебя не мучают зависть и подозрения. Ты настолько уверена в себе и в своем кавалере, что спокойно разрешишь ему потанцевать с другой девушкой. Это счастливое качество, никогда не расставайся с ним!

От 85 до 115 баллов. Временами ты склонна к ревности. Можешь вспыхнуть, увидев, как твой парень подошел к Ленке и о чем-то с ней пошептался. Но ты стараешься не поддаваться этому чувству, ведь, в конце концов, парень направлялся к тебе и до тебя дошел. Спустишь свою ревность с поводка – ваши отношения начнут трещать по швам. Тогда ты ему припомнишь и Ленку, и опоздание в кино, и неподаренные цветы.

От 120 до 150 баллов. Как же тяжело тебе живется! От ревности порой ты с ума сходишь. Загляни в произведения классической литературы (У. Шекспир «Отелло», М. Лермонтов «Маскарад») – ревность до добра никогда не доводила. А из-за чего все происходит? Да из-за того, что ты собственница. (Хотя вполне вероятно, что сегодняшний мужчина твоей мечты – ветреная натура, не может пройти мимо девушки, обязательно ей улыбнется.) Своей ревностью ты и себя измучаешь, и своего парня. От этого чувства нужно обязательно избавляться, пока не поздно.

Как?

Вот 5 простых советов под кодовым словом «НЕ РЕВНУЙ!»

1. Ни в коем случае **не** занимайся самоуничижением. Твой парень меньше обращает на тебя внимания не потому, что ты косая-кривая и увечная. Ты все такая же умница-красавица, какой

была в момент знакомства. Это его выбор, а не твой крест.

2. **Не** стоит биться об стенку в гордом одиночестве. Поговори со своим парнем. Все время обговаривай с ним моменты, которые тебе не нравятся или кажутся странными. Говорите об этом сейчас, а не через полгода, когда вы начнете ссориться. Добейся ясности, даже если твой избранник всячески уходит от беседы. Часто парни избегают обсуждения тем: «Любишь ли ты меня? За что? И почему ты так посмотрел на Катьку?» Но говорить все равно стоит, только следи за реакцией друга, иначе разговор ваш грозит стать последним.

3. **Не** накапливай внутри себя гнев, давай ему выход. Говорят, здорово помогает, если попытаться перекричать, например, ревущий самосвал или грохочущую бетономешалку. Менее экзотичный вариант – физическая нагрузка. Пробеги перед сном километра два-три, и твоя бушующая ревность заметно поубавится.

4. **Не** думай, что ревность – это всегда плохо. Это чувство можно использовать и в свою пользу. Ревность лишает излишней самонадеянности. В отношениях с парнями никогда не стоит расслабляться. Ты решила, что уже добилась ЕГО и перестала следить за собой? Кажется, тебе есть о чем подумать.

5 (без «не»). Ревность – верная спутница любви. Ревнуешь, значит, любишь. Те, кто не ревнует совсем, скорее равнодушны к своему другу. Ведь ревность – это своеобразная защитная реакция на опасность, угрожающую отношениям между тобой и твоим парнем, она служит для защиты ваших чувств.

Секретик № 11 – *ничего так не поддерживает отношения, как разговор по душам.*

Скорее всего твоя ревность во многом надумана. Твой друг не в пустыне живет. Вокруг люди ходят. Что же он не может с кем-то еще поговорить? Если ревность захватила настолько, что ни говорить, ни думать нет сил, то используй совет, не раз данный на страницах этой книги. Футболка, треники, кепка, кроссовки – и в путь. Пара километров хорошо прочистит голову. На улице дождь или снег? Это даже лучше. Борьба со стихией тебя заметно охладит.

В любом случае выясняй все до конца. А то получится глупо – ты в панике, ты на стенку кидаешься и штурмуешь океаны, а он даже не догадывается, что его невинный разговор со знакомой вызвал у тебя такую бурю.

Секретик № 12 – *не впадай в самообман.*

Так бывает – когда все плохо, мы начинаем придумывать себе небольшую подмену, маленькую ложь, в которую истово начинаем верить. Что же, женщины всегда имели свои маленькие хитрости, чтобы начать жить спокойно. Обманки могут быть любые. От «Меня завтра к доске не вызовут, можно уроки не делать» до «Я сама его бросила», «Все парни скучные и неинтересные, заводить роман не с кем».

Когда не удается справиться с лишним весом, придумываются такие заговоры: «От одного печенья хуже не станет», «Я не влезаю в брюки, потому что они сели после стирки», «Я слишком устаю в школе, чтобы тратить силы на зарядку и вечерний бег», «Никто не заметит, что рубашка грязная, а голова немытая», «С понедельника начинаю новую жизнь»… И так далее без остановки.

У тебя нет таких «утешалок»? Что же, это самая большая «утешалка», какую можно себе придумать.

Жизнь штука забавная. Если бы не было грустных минут, как бы мы поняли, что нам весело? Если бы не было больно, как бы мы определили, что сейчас хорошо и ничего не болит? Все

познается в сравнении. Но не углубляйся в сравнительный анализ и не начинай заливать свое горе чаем с пирожными и конфетами. От переедания тебе станет еще хуже.

Слушай музыку, читай, думай о хорошем и смотри на закат. Иди к подругам. Прогуляйся по улице. Познакомься с парнем, поговори с ним и расстанься. Ты сама будешь выбирать условия игры, и настроение твое заметно улучшится.

Но что же, что же делать, если ОН нравится? Если от одного ЕГО взгляда замирает сердце? Если ОН упорно проходит мимо и гуляет с другой. А ТЫ вздыхаешь, страдаешь, бледнеешь, вольно или невольно постоянно с ним сталкиваешься и… – НИЧЕГО. Два слова связать не можешь, не к месту краснеешь, поговорила бы с ним, но смелости не хватает.

У, да ты застенчива, милая моя. И все бойкие да шустрые твои подружки уже давно обскакали тебя по всем статьям.

«Но, уважаемый автор, ты же сама говорила, что девушку украшает скромность», – пробуешь ты возразить.

Украшает, но не командует ею. Порой надо «брать быка за рога» и смело идти в бой.

С кем воевать? Да с самой собой!

Скромность и уверенность в себе – это две разные вещи.

Секретик № 13 – *встань перед зеркалом и внимательно посмотри на себя. На самом деле все не так страшно, как ты выдумываешь.*

Помнишь, я пыталась настроить тебя на положительный лад и советовала думать о себе только хорошее? Не получается? Ты о себе мало знаешь. Ты все думаешь, что со стороны ты выглядишь глупо, юбка на тебе сидит как-то не так и глаза криво подведены. Это та отрицательная эмоция, которая мешает тебя расслабиться и начать жить нормально. Самое время от нее избавиться.

Секретик № 14 – *все свои тайны, обиды и неудачи записывай в дневник.*

Пока ты будешь формулировать мысли на бумаге, сама себе многое объяснишь, а то и пару советов себе дашь.

Признайся самой себе в проблеме – и ты почувствуешь, как плечи расправляются. «Да, я застенчивая», «Да, я боюсь говорить с незнакомыми людьми», «Да, я нерешительная».

Нет человека, у которого не было бы ни одной проблемы и в ком не родилось бы ни одного комплекса. Они есть у всех. Все по-разному с ними борются.

Если ты захочешь измениться, ты изменишься. Если ты

определила свой недуг, то бороться с ним будет не так сложно.

Секретик № 15 – *учись радоваться.*

Пессимистом быть легче легкого. Все плохо – и точка.

Но для тебя рановато уныло и печально смотреть на мир. Ты еще должна радоваться жизни. Забыла как? Сейчас напомню.

Даже за маленькое достижение награди себя чем-нибудь. Купи шоколадку, мороженое или сходи в кино. Расскажи о своей радости подругам. Запиши об этом в дневнике. Продли состояние удовольствия.

Чем дольше ты задерживаешься в хандрючем настроении, тем больше ты настраиваешься на грядущие провалы и неудачи. И они приходят, раз их ждут.

Ты хочешь ЕГО поразить своей суперкороткой юбкой, но на перемене тебя толкает малыш, ты падаешь и разбиваешь коленку. Да еще и колготки рвешь. Что ты делаешь? Начинаешь проклинать все на свете и уверять саму себя, что только с тобой такое могло произойти.

Все – настроение испорчено, ЕГО ты начинаешь избегать, жизнь не задалась. Хотя при чем тут ты? Сбегала домой, переоделась в джинсы. Подумаешь, давно коленки не разбивала! Даже забавно – взрослая девушка, а с разбитой коленкой.

Всегда помни, что ты хозяйка своих мыслей, надо направлять их в нужное русло!

Секретик № 16 – *будь уверена в себе и никогда не жалей о сделанном.*

Уверенный в себе человек добр и душевно щедр. Тот, кто постоянно ощущает свою неполноценность и мысленно «опускает» себя, – полон зависти и злобы.

Убеди сама себя, что все, тобою сделанное, сделано правильно. Не бывает неправильных поступков. Бывают только непредвиденные последствия этих поступков. Значит, в следующий раз ты будешь внимательней. Помни – непоправимые последствия встречаются не так уж часто.

* * *

– Ждешь?

– Жду!

Заметно посиневшая от холода Светка Павлова сидела на лавочке и отбивала мелкую дробь зубами. Остановившаяся около нее Вероника зябко передернула плечами.

– Что на этот раз? – Баскетболистка с высоты своего роста оглядела двор – никого поблизости не было. – Дверь заминировала? Или выбила все стекла?

– Пока ничего не сделала. – Светке было трудно говорить. Она так замерзла, что губы отказывались ее слушаться. – Хочу на него посмотреть, а там видно будет.

– Он же тебя не любит. – Веронику удивляла Светкина настойчивость.

– Любит, – упрямо мотнула головой Павлова. – Я люблю, и он любит.

– Мне бы твою уверенность, – вздохнула Вероника, присаживаясь рядом. – Я так не могу. Всю жизнь буду издалека смотреть, но не подойду.

– А чего тут такого? – Светка расправила плечи и потянулась. – Я ему пару раз говорила, что люблю. Может, он не понял?

Пока Павлова размахивала руками, Вероника заметила какое-то движение около гаражей. Она приподнялась. Колька с Ленкой на четвереньках ползли вдоль заборчика.

– Да понял он все, – хмыкнула спортсменка.

– Мне мама говорила, что за любовь надо бороться. – Светка поплотнее закуталась в куртку.

– А может, пойдем к тебе чаю попьем? – Вероника встала так, чтобы Павлова не заметила крадущихся ребят. – Придут они не скоро. На таком морозе ты только простуду схватишь.

Долгую минуту Светка молчала, грустно глядя на мыски своих ботинок.

– Вероника, – вдруг жалобно прошептала она. – Неужели он меня совсем не любит?

Баскетболистка вздохнула и потянула Светку за руку. За их спинами хлопнула подъездная дверь.

– Идем. – Вероника перестала быть ширмой и встала нормально. – Любовь не самое важное дело на свете. Есть еще куча всего интересного.

Бывают, бывают поражения. Не все в нашей жизни происходит так, как хочется. Но…

Одно поражение – не вся жизнь. Игра только начинается. Встряхнись. Пойми, что ты королева этой жизни. А мелкие неприятности бывают и у королей.

Если от тебя ушел парень, это больно и обидно. Вдвойне больно, когда он тебе предпочитает твою подругу или знакомую. Но вывод здесь один – он был тебя не достоин. Вы бы все равно расстались.

Это нормально – люди встречаются, узнают друг друга и расстаются.

Это надо пережить и ни в коем случае не распространяться о своих, уже бывших, отношениях с парнем. Это создаст тебе дурную славу и выставит тебя не в лучшем свете.

В заключение я не буду повторяться и читать длинные нотации. Ты должна стать в жизни победительницей. И начни с ближайшей вечеринки или дискотеки.

15 надежных способов, как стать королевой вечеринки, а может быть, и заинтересовать понравившегося тебе парня.

1. Для начала дойди до этой самой вечеринки. Глупо считать дураками тех, кто трясется в темном зале. На танцы ходят обыкновенные люди, которые хотят отдохнуть после длинного дня. Так окажись среди них.

2. Заранее настройся на удовольствие. Какой смысл приходить на тусовку в плохом настроении? Если ты будешь сидеть букой, считай, что вечер прошел зря.

3. Не забудь привести себя в порядок. Неопрятный вид не сделает тебя привлекательной. Найди время забраться в душ, помыть голову. Надень чистую, только что постиранную одежду. Ты должна быть свежа как майская роза. Но не перетяжели с парфюмерией. Резкий запах отгоняет не только комаров.

4. Прежде чем одеваться, подумай, куда ты идешь. Если на пикник, то короткая юбка с каблуками тебе явно не подойдут. На дискотеке каблуки будут тоже ни к чему – быстро устанешь. Одежда должна соответствовать месту. Вечеринка – это любая свободная одежда, желательно, не очень теплая. Театр – строгий костюм, юбка ниже колена или брюки. Можно и рваные джинсы, со спектакля не выгонят, но выглядеть ты будешь как-то не очень.

5. Не думай, что боевая раскраска на лице тебя заметно украсит. Использование большого количества косметики говорит о твоей неуверенности и о желании привлечь внимание. Зачем выпячивать напоказ свои комплексы. Нам с тобой не нужны дешевые средства. Найди где-нибудь фотографии королев. Да возьми ту же принцессу Диану. Разве на ее лице заметна косметика? Ее красота исходит изнутри. И ты не порть свой внешний вид химией. Подвела глаза, подкрасила ресницы, положила на губы блеск. Важно не сколько румян, а выглядит ли твое лицо чистым и свежим.

6. Не стой чурбаном, так тебя никто не заметит. Ты должна быть не только внутренне уверена в себе, в своей неотразимости и красоте, но и внешне быть раскованной в поведении. С ходу не получается? Тогда сыграй в игру, будто это не ты пришла на

вечеринку, а твой двойник Леночка. Ты не можешь подойти к компании малознакомых ребят и весело сказать: «Привет!» А Леночка может. Она легко двигается, широко улыбается, свободно общается с ребятами, может заговорить на любую тему (темы для разговоров неплохо бы подготовить заранее). Леночку ничего не смущает – ни размазанная губная помада, ни внезапно «побежавшие» колготки. Подумаешь! С кем не бывает! Леночка первая пригласит на танец понравившегося парня. И все неловкости или ошибки, которые случатся в этот вечер, будут совершены Леночкой. Но учти, громкий смех, переходящий в лошадиное ржание, распугает кавалеров даже от самой общительной девочки.

7. На любой вечеринке обращает на себя внимание человек, умеющий танцевать. Современный танец – это не два притопа, три прихлопа, не топтание на месте под ритмичную музыку, не прыжки и пожимание плечами. Танцевать надо уметь. Втихаря от всех найти кружок *современного танца* (именно современного, а то еще запишешься на русские народные или на бальные – и где ты будешь блистать своими умениями?), походи туда месяц-другой, и на первой же вечеринке я тебе гарантирую грандиозный успех.

8. Научи себя не только говорить, но и слушать. Причем не просто поддакивай, а задавай вопросы. Начни с самых банальных: «Как дела?», «Как в школе?», «А вы уже ходили в планетарий?» Пускай другие говорят о себе, им будет приятно. А заодно и ты себе бонусов поднаберешь.

9. Улыбайся. Никому не интересно общаться с печальным человеком, живым воплощением скорби. Даже если мир вокруг тебя рушится – улыбайся. Человек, у которого внешне все хорошо, невольно притягивает. Если же ты с ходу начнешь вываливать на окружающих свои проблемы, через пять минут останешься в гордом одиночестве.

10. Обращайся к людям по имени. Любому человеку приятно, когда называют его имя, это самый сладостный для них звук. Древние считали, что в имени человека скрыта магическая сила и тот, кто имя знает, может этим человеком управлять.

11. В любой компании ценится хорошая шутка. Конечно, развлекать тебя должны ребята, но лучше на них особенно не полагаться. Перед походом на дискотеку прикупи пару журнальчиков с анекдотами или загляни в Интернет. Только не занудствуй со своими шутками и цитатами. Все должно быть в меру и к месту.

12. Искренне интересуйся всеми и старайся делать вид, что никто конкретно тебе не нужен. Ты солнышко, греешь ярко, кому

нужно, подставят под твое тепло ладошки. Захотят – дадут телефон или попросят номер у тебя. Если это произойдет, считай, что один бой ты выиграла.

13. Хорошо бы уйти чуть раньше, чем все закончится, на подъеме интереса к теме, а не на пике или на спаде. Как в сказке про Золушку. Она каждый раз уходила с бала как раз вовремя, чтобы принц кидался ее искать. Он еще не удовлетворил свой интерес, а она уже ушла – именно так становятся королевами. В тебе должна быть загадка, и пусть она продержится подольше.

14. Покажи свою независимость от компании. Когда ты будешь похожа на всех, то затеряешься в толпе. Королева должна выделяться. Все еще хотят танцевать, а тебе уже пора. После дискотеки все хотят посидеть во дворе, обсудить вечер, а ты уходишь (как бы сильно тебе не хотелось остаться, уходишь!). Это лишний раз обратит на тебя внимание, даст возможность о тебе поговорить и покажет тебя человеком со своим мнением.

15. Что бы ты ни думала о человеке, всегда говори о нем хорошо или не говори вовсе. Не опускайся до мелочных разборок и грязных сплетен. Так ты из королевы мгновенно превратишься в кухарку.

Эпизод восьмой
Береги платье снову…

Маленький разговор на большую тему о самом важном и запретном, о том, что можно и нельзя, и о том, что хочется, но никто не советует. Глава без героев и, по возможности, без нравоучений.

Пример

Дело было в Питере. Классе в восьмом или девятом наша учительница собрала всех жаждущих, и мы отправились в город на Неве. Шли осенние каникулы. Дули холодные ветра. По утрам вся наша честная компания вываливалась на крылечко и, пока не было взрослых, дружно начинала курить. Не курили только я с еще одной девчонкой. Выглядело это так. Человек десять тесным кружком топчутся под козырьком, пытаясь друг у друга прикурить. А мы двое стоим напротив них и прикалываемся. Забавное было зрелище. Жуткий ветрила, холодрыльник, руки коченеют, а эти на крыльце ломают замерзшими пальцами спички. Нам с девчонкой никто ничего не говорил, потому что особого кайфа сами курящие в этот момент не испытывали. Я же, глядя на них, чувствовала себя исключительно хорошо. Мне всегда нравилось, когда я делала что-то не так, как все.

Да и сейчас нравится.

Тебе очень хочется стать взрослой.

Тебе кажется, что для этого нужно всего-навсего нарушить несколько запретов, висящих над тобой вечным табу в течение всего детства.

Запрет: НЕ курить.

НЕ пить.

НЕ пользоваться наркотиками.

НЕ соглашаться ни с кем на интимную близость до 18 лет.

Решив, что ты уже взрослая, ты начинаешь стремительно зачеркивать «НЕ». Запретный плод, как известно, сладок, а тем более в твоем возрасте. И ты начинаешь пробовать все.

И тебе ничего с ходу не нравится.

Первая сигарета… м-да… И так всю жизнь? Ну-ну… Причем вторая, десятая и двадцатая вызывает такую же реакцию.

Первый стакан вина… Кисло, гадко… Как это пьют? Пиво еще та горечь. Про водку я молчу.

Наркотики… трам-пам-пам. Редкий наркотик забирает с ходу. Первая мысль – что в этом такого? Где обещанное счастье? Обманули!

Сексуальные отношения… Тыг-дым, тыг-дым… И это все? А где? А в чем дело? Хныk…

Такой он – ПЕРВЫЙ ОПЫТ.

А знаешь, почему он не удался? Не потому что первый блин комом, а потому что еще не время. Твой организм не готов к таким экспериментам. Он не настолько силен, чтобы бороться с никотином, чтобы переваривать алкоголь, чтобы понять, что за дрянь ему вкололи. И он абсолютно не готов к тому, чтобы заниматься сексом, – ни физически, ни психологически.

Почему ты начинаешь нарушать запреты?

Чтобы в первую очередь себе доказать свою независимость от родителей. Они говорят: «Нельзя!» А я буду!

Из любопытства.

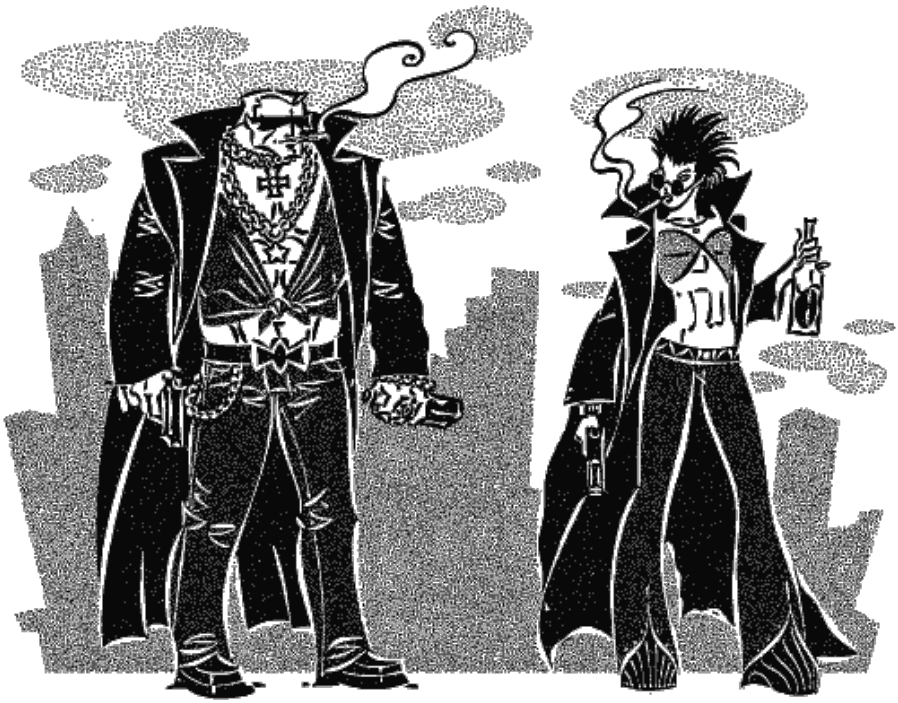
Потому что ребята в компании это делают и ты не хочешь от них отличаться.

Чтобы в собственных глазах выглядеть взрослее.

Я не открою тебе ничего нового, если скажу, что все эти «НЕ» возникли не просто так. Что отказ от них не только ставит тебя в зависимость от всего того, чем ты начинаешь «баловаться», но и лишает тебя здоровья.

Решим маленькую задачку. Как в геометрии. Дано: вполне себе здоровый организм 13—15-летнего подростка, не очень хорошо развит физически, в голове бардак. Надо: стать взрослым. Решение: подражание внешним атрибутам. Итог: доведение этого организма до полного разлада.

К сожалению, у нас давно и прочно создан образ настоящего героя – с сигаретой в зубах, с бутылкой в руках, небритого, немытого, нечесаного, неразборчивого с женщинами. Героини у нас сейчас тоже прыгают, бегают, дерутся, стреляют из всех видов оружия, курят, пьют, по ночам предпочитают не оставаться одни в постели.



Против такого образа ничего не скажешь.

Очень тяжело быть своим, компанейским человеком, если ты не пьешь и не куришь. На девочек это не распространяется. Но и они пытаются не отставать от мальчиков.

Они позволяют в своем присутствии ругаться матом и сами ругаются.

Позволяют в своем присутствии пить, с хохотом наблюдают, как сильно захмелевший кавалер не может найти дорогу домой.

Позволяют унижать и обижать себя, а потом удивляются, почему ко всем относятся хорошо, а к ним плохо.

«Что за чушь! Это не про меня! Я никогда не позволю!» – слышу я твой голос.

А как же «быть своей в доску»? А как же «поддержать компанию»? А как же «прекрати выпендриваться и будь как все»?

Быть «как все» так хочется. Не выделяться из родной толпы. Постоянно оставаться в надежном стаде. Ругают – так всех и за все. Убегаем – так все вместе.

Где же ты сама? Ау! Куда подевалась? Превратилась в пепельницу, в сточную канаву, куда можно бросить все, что захотят другие?

Против общих мнений идти тяжело. Еще обзовут «ботаничкой», «пай-девочкой» или «правильным ребенком». Перестанут любить. Почему? Потому что толпа боится одиночек. Свободная личность толпу тревожит, напоминает о чем-то, что

люди сами давно забыли. Вот они и пытаются эту одиночку затащить к себе, унижают, обижают, лишь бы приполз на коленях к ним, в толпу. И все опять будут спокойны.

Чтобы не быть, как все, нужны мужество и сила воли. Нужно честно посмотреть в глаза правде.

Прописная истина – курильщик слаб здоровьем. При беге задыхается. Кашляет. Выглядит неважно – бледный цвет кожи, желтые зубы и язык, мутноватый взгляд.

Не у всех.

Есть бодрячки, кто после пары сигарет весьма шустр. Правда, еще неизвестно, чем все это может закончится – раком, бесплодием, снижением иммунитета.

Хочешь встать в их ряд?

Пить начинают от пустоты и безделья. Это тоже недалекие люди. Голова у них заточена на кратковременное удовольствие. Далеко идущих планов у них нет.

Ты с ними? По порядку рассчитайся! Кто крайний?

А кем хочешь стать ты? Пробиться в жизни, сделать, состояться как личность?

Или не хочешь?

«Да ну вас! – машешь ты бледной ладошкой. – Я лучше тут постою, где тихо, спокойно и вода с крыши не капает».

Ты уверена, что это твой выбор? Что никто не решил за тебя, как тебе поступать?

Только дети идут вслед за остальными, держась за руки. Взрослые могут отделить свои желания от желания других.

Поэтому, если ты четко понимаешь, что хочешь стоять на ветру и морозить пальцы, хочешь непринужденно подойти к любой мужской компании и между делом бросить: «Огоньку не найдется?» – а потом еще минутку постоять и поговорить ни о чем, то тебя никто остановить не сможет. Кури. Пока сама не захочешь избавиться от этой зависимости. Но помни, чем дальше, тем у тебя будет все меньше и меньше шансов бросить курить.

У меня много знакомых, которые курят десяток лет. Им нравится этот процесс, и расставаться с сигаретой они не собираются. Но я также знаю, что под словом «нравится» они прячут другое слово – «не получилось бросить».

Даже ради детей и своего здоровья.

Курение действительно вредит здоровью. Не мгновенно. Постепенно. Разъедаются легкие, гниют зубы, портится кожа, появляются ранние морщины, останавливается рост костей,

женщины теряют способность зачать или выносить здорового ребенка.

«Но люди-то живут!» – скажешь ты. Живут и умирают не от рака легких.

Значит, они поздоровее некоторых. Тебе такая участь не грозит, ты уже сейчас в лучшем случае тянешь на бледную спирохету. Тощая, рубашка висит как на манекене, лицо желтоватое, взгляд тусклый. А тут еще алкоголь с никотином. И через несколько лет пламенный привет праотцам.

А теперь пара откровений.

– Курящий подросток больше похож на ребенка, чем на взрослого, потому что взрослые так себя не ведут. Начав курить лет в 13–14, ты лишний раз демонстрируешь свои комплексы неполноценности и низкую самооценку.

– Целоваться с курящей девушкой – все равно что облизывать пепельницу. Кстати, к парням это тоже относится. Вкус – о-мер-зи-тель-ный.

То же с алкоголем.

Не бывает так, чтобы ты одна ни с того ни с сего начала пить да хотя бы то же самое пиво. Вдвоем вы тоже не станете пить. Обычно вас собирается человек пять, и как взрослая компания вы не можете не выпить. Для настроения. Или для смелости. Из любопытства. Из подражания другим ребятам.

А иначе как? Иначе нельзя. Засмеют. Без выпивки какой-то детский сад получается.

Не понятно только, зачем тебе такая компания, где, кроме пива с портвейном, ничего не признают, где скуку разгоняют алкоголем?

«Так это же нормально! По-другому не бывает», – искренне удивишься ты.

Бывает. Нужно встать и найти другую компанию. Но для этого должно быть желание. Если его нет, то напрягаться не стоит. Меняйся сама. Глядишь, и остальные за тобой подтянутся.

Алкоголь штука коварная, он начинает действовать не мгновенно. Кажется, выпила немного, добавляешь еще, а в организме уже выше ватерлинии булькает.

Информация

Ватерлиния – линия соприкосновения спокойной поверхности воды с корпусом плавающего судна. Если

вода поднимается выше этой линии, то корабль может затонуть.

Что делать, если не выпить нельзя, компания обидится?

Можно сослаться на болезни желудка. Если все же налили и заставили выпить, то не пить все до конца, а только пригубить. Если же выпить заставили, то предлагаю несколько средств, как пьянеть не быстро и, по возможности, безболезненно:

• перед посиделкой плотно поесть, желательно жирную, масляную пищу;

• не мешать слабоалкогольные напитки (пиво, вино) с крепкими (водка, коньяк);

• обязательно закусывать после каждой рюмки, побольше есть картофеля и хлеба – это вещества, поглощающие алкоголь;

• больше пить воды, чая, соков – с водой алкоголь быстрее выйдет из организма. Но ни в коем случае водку не запивать газированными напитками – газ помогает алкоголю быстрее всасываться в кровь;

• самой не курить и просить остальных курить на улице – никотин в полтора-два раза усиливает действие спиртного;

• помнить, что в полную меру крепкие напитки начинают действовать только через час.

От утренней тошноты помогает огуречный рассол или 20 капель мятного спирта на стакан холодной воды.

Но лучше не доводить себя до такого состояния, иначе кончиться все это может плачевно.

Чем? Алкогольным отравлением. Твой организм не способен принимать большие дозы «яда», печень с почками не справятся. Реакция такая же, как от несвежих консервов. Исход может быть смертельный.

Если регулярно вливать в себя алкоголь, то постепенно развивается зависимость.

Такая же, как и от табака. Чем раньше начнешь пить, тем раньше сформируется зависимость. При этом человек становится раздражительным, вспыльчивым, тревожным. В умственном и

физическом развитии заметно деградирует.

Тебе это надо?

Получить зависимость очень легко, избавиться от нее сложно. И бороться в основном придется не со своим организмом, который постоянно будет требовать новой дозы яда, а с самой собой.

С желанием затянуться.

С желанием снять усталость стаканом вина в компании.

Это называется психологической зависимостью, когда кажется, что с сигаретой беды переживаются легче, что бутылка пива дает возможность расслабиться. Твоя привычка поначалу сидит в голове. И надо начинать «лечиться» с нее, родимой, с головы.

Впрочем, пока тебе это не грозит, пока ты балуешься, и все еще зависит от тебя. Но есть одна вещь, которая очень быстро направит тебя по дорожке в ад.

Наркотики.

«И ты туда же, – подумаешь ты, со скукой перелистывая страницы. – Сколько можно? В школе, дома… Тут уж поневоле начнешь что-нибудь принимать, раз все это так разрекламировано».

А не надо ничего пробовать, я тебе и так расскажу, как все будет. В вашей компании появится некто, кто будет с жаром рассказывать, как он недавно классно «оттопырился» на дискотеке. Для этого нужна мелочь – таблеточка «экстази». Зато кайфа на целую ночь и никакой усталости.

Все начнут дружно переглядываться и говорить, что вроде как и без этого неплохо.

Тогда вам станут втирать, что только дети в штанишках на лямочках отрываются «просто так». Чтобы понять, что такое настоящая радость, надо попробовать. Никто же не насилует и денег не требует. Это угощение, а от угощения отказываться не принято. К тому же «экстази» не наркотик, а сти-му-ля-тор. Он всего-навсего усиливает ощущение. Не более того. Не понравится – больше вам никто не предложит. А в этой жизни надо попробовать все. Какой же ты взрослый, если не прошел через это?

Первыми ломаются мальчишки. Они падки на все новое и терпеть не могут, когда в них подозревают слабаков или маленьких. Чтобы им было не одиноко, они уговорят и тебя.

Вы попробуете. Вам понравится.

Через день вам предложат снова, и вы согласитесь. Было же хорошо, и никаких последствий. Если захотите, отказаться сможете в любой момент.

Так проходит недели две. Без «лекарства» вам уже не особенно веселится, и даже привычные развлечения идут не в радость.

Тогда вы впервые решаетесь купить таблетки у своего общего друга, ведь больше вас уже не угощают. Удовольствие это не из дешевых, деньги есть у двух-трех, а хочется всем. Компания распадается. В голове сидит одно – вы хотите продолжения праздника.

Вот и все.

Ваш «верный друг» начинает на вас зарабатывать деньги. Вы пытаетесь обойтись без «волшебных таблеток», но уже ничего не получается. Со временем доза требуется все большая и большая.

Года через два заканчивается ваш «праздник» больницей или тюрьмой.

А начиналось все с невинной шалости.

Самое обидное в этом деле, что здоровьем, деньгами и благополучием мамы с папой ты платишь за то, чтобы хорошо жил чужой дядя. Тот самый «друг», что расписывал прелести первой таблетки. А был это самый обыкновенный наркоман со стажем, которому нужны были клиенты, чтобы сбыть товар и заработать деньги себе на дозу.

И вы становитесь не только его клиентом, но и бесплатной рабочей силой по добыванию денег.

Я не пугаю. Говорю, как есть. Психическая зависимость от наркотиков возникает уже через пару-тройку недель приема. Без наркотика ты больше не можешь нормально воспринимать мир. Тебе потребуется еще и еще доза. Тебе потребуется все больше и больше денег. И первоначальная шутка, баловство обернется трагедией не только для тебя.

Не бывает безболезненных наркотиков. На дискотеке тебя будут уверять, что «экстази» чем-то похож на банальный анальгин, только вместо головной боли он лечит от всех печалей и поднимает настроение.

Огорчу. «Экстази» такой же наркотик, как и все остальные. Относится к разряду стимуляторов вместе с ЛСД и кокаином. Особенность стимуляторов в том, что после их действия у человека возникает упадок сил, вялость, сердцебиение. Чтобы «прийти в себя», ему надо принять наркотик заново. Дальше по нарастающей. Без стимулятора – бессонница, нежелание есть и пить. С ним – кратковременные минуты отдыха.

Ты считаешь, что это сказки. Что взрослые занудствуют и из одного-двух случаев раздувают целую трагедию.

Беда в том, что ты даже не представляешь, как это выглядит на самом деле. И не дай бог тебе об этом узнать.

Определить, принимают ли наркотики твои друзья, не так сложно:

• у твоего знакомого появляется агрессивное, взвинченное настроение, резко меняется поведение. Он начинает избегать родителей и теряет интерес к старым друзьям;

• он становится все более равнодушным к своему внешнему виду;

• настроение его начинает скакать. Он вдруг становится невероятно веселым, в нем просыпается зверский аппетит;

• узкие зрачки, вялость, отрешенность – результат приема наркотиков опийной группы;

• расширенные зрачки и нарушение сна – следствие

употребления кокаина;

• от кокаина и марихуаны снижается память, теряется возможность сосредоточиться на каком-нибудь одном предмете;

• налитые кровью глаза – результат употребления марихуаны.

Тинейджерскому возрасту свойственны крайности, саморазрушение. Ты кромсаешь себя по кускам, проверяя на прочность – понюхать, выпить, затянуться. А прочности в тебе нет. И сломаешься ты очень быстро.

Ты считаешь, что нарушение запрета – это путь к безграничной свободе. Но если говорить о сути, то наркомания – это резкое ограничение свободы, потеря перспективы. Парень не сможет стать сильным и умным. Девушка – красивой. Это чисто биологическое ограничение, назад не вернешься. Одновременно с этим происходит социальный спуск – от мелкого воровства у себя дома наркоман переходит к нищенству, уголовным способам зарабатывания денег.

Звучит это страшно, но это правда.

А теперь о самом интересном и запретном.

Историй я рассказывать не буду. Их тебе без счету нарассказали подружки, ты много что подсмотрела во взрослых журналах и в фильмах, показываемых глубоко за полночь. Ты уже знаешь ОБ ЭТОМ больше своих родителей. И тебе страшно интересно – что это и как это НА САМОМ ДЕЛЕ.

«Ну, когда же? Когда? Катя уже. Машка уже с тремя. А я что, хуже?»

Интерес к противоположному полу – нормальное явление. У девочек он рождается чуть раньше, чем у мальчиков, лет в 11–12. Растет этот интерес очень медленно и проявляется скорее в форме любопытства. В 18–20 в девушке только-только просыпается женщина, возникают первые настоящие желания, появляется чувственность. К тридцати годам эта бурлящая смесь достигает своего пика.

Влечение к противоположному полу у мальчиков пробуждается в 12–14 лет. К 17–19 наступает гиперсексуальность.

Заметила разницу в цифрах, их явное противоречие? А в природе всегда так, ничего не дается легко и просто.

Противоположный пол и манит, и пугает. С одной стороны, за интерес к мальчикам над тобой еще могут посмеяться. «Нашла с кем связываться? Они же все дураки!» Но недолго вы будете делать вид, что безразличны друг другу. Время берет свое, и начинают появляться первые парочки.

Вы встречаетесь, тебя провожают до дома, тебя приглашают в кино и на дискотеку, тебе преподносят небольшие подарки –

конфеты, шоколадки, цветы, книги. Тебе приятно, что на тебя обращают внимание, что тебя выделяют среди других. Тебе нравится быть рядом с ним, держать его за руку, ловить его взгляд, вести длинные ночные телефонные разговоры. Вы признаетесь друг другу в любви. Теперь ради него ты готова на все. И встает вопрос как раз «об этом».

«Какая же любовь без секса?» – уверяет он тебя. И ты с ним соглашаешься. Вы нормальные взрослые люди, и у вас должны быть нормальные взрослые отношения.

Он хочет доказать себе, а заодно и тебе, что он мужчина. Ты боишься отказаться, потому что он может обидеться и уйти.

Что делать? Не спешить. Тебе приятно быть с ним рядом, ты с волнением ждешь его звонка. Ты хочешь сидеть, тесно прижавшись к нему, в кинотеатре, хочешь за руку идти с ним через улицу. Чтобы пригласил на танец. Подарил плюшевого мишку. Назвал ласковым словом. Поцеловал.

Тебе этого достаточно? Так не форсируй события. И перестань слушать, что говорят подружки и что нашептывают одноклассницы. В этом деле чужой опыт скорее вреден, чем полезен. А в вопросах сексуальных отношений и подавно. Это твоя жизнь и твое тело, так начни, наконец-то, к нему прислушиваться.

Первые взаимные прикосновения, нежные ласки могут дать гораздо больше непередаваемых ощущений, чем торопливый половой акт двух неумелых подростков.

Платоническая любовь в твоем возрасте нормальное явление. И не потому, что ты такая старомодная. Всему свое время.

Пример

Если парень считает девушку привлекательной, он не прекратит с ней общение только из-за того, что она не согласилась на интимную близость. Прося его подождать, ты отказываешь не в постели вообще, а предлагаешь повременить. Отсрочка в неделю, месяц или несколько лет зависит от моральных принципов, а не от твоих внешних качеств. И еще. Ребята не любят легкомысленных, доступных девушек. Они могут общаться с ними, спать, но любить не будут никогда.

Твои друзья уверяют тебя, что любовь и секс – это синонимы и одно без другого не существует. Тем более подражая взрослым, вы все спешите доказать свою состоятельность в постели. И чаще

всего ничего доказать у вас не получается.

Во-первых, потому что никакого опыта у вас нет. Вы не знаете, что делать. Истинное желание еще не проснулось, а сам организм подсказать действия пока не может.

Во-вторых, потому что вы больше боитесь, что не получится, чем хотите, чтобы получилось.

В-третьих, лет до семнадцати-восемнадцати вы психически не готовы к сексуальным контактам. Голова у вас еще не так устроена. Вы еще не можете руководить своей сексуальной энергией, не умеете прислушиваться к партнеру. И потом, чтобы сексуальные отношения действительно удались, нужны глубокие чувства, которые вам сейчас не доступны.

Поэтому не стоит добавлять себе головной боли, наживать психические травмы и портить свою дальнейшую жизнь.

Открою тебе две тайны: механические движения в постели еще не секс, а половой контакт не обязательно связан с лежанием в постели. Он потому и называется контактом, что это любое касание, поцелуи, танцы, в конце концов.

Чтобы между тобой и другом не происходило разногласий по этому вопросу, сразу обговорите этот вопрос. Он торопит события? Он хочет все и сразу? Пускай подождет. Так и скажи: «Я тебя люблю. Я твоя. Только давай немного подождем. Я еще не готова (боюсь, не хочу, стесняюсь – все, что угодно)». Отсрочка в этом деле только усилит чувства. Если же твой кавалер на этих словах развернется и уйдет, значит, туда ему и дорога. Он бы все равно ушел, но после того, как добился того, что хотел.

Всегда думай о себе. Влюбленность – это хорошо, но стоит ли она той жертвы, которую ты принесешь. Хочешь ли ты именно этому человеку подарить себя? Второго такого «подарка» не будет. Сможет ли он оценить твой шаг?

Если после долгих отказов тебя начинают называть «недотрогой» и насмехаться, не обращай внимания. Ты должна ценить себя, а не чужое мнение. Чтобы тебе было хорошо, ты должна знать, что происходит. Ты знаешь? Ты боишься? Тогда тебе рановато этим заниматься. «Взрослой» ты после этого не станешь, а проблем огребешь выше крыши. Поверь, от отказов твоя привлекательность не станет слабее. Наоборот, в глазах парней ты будешь иметь больший вес. Потому что все остальные доступны, а ты другая. Кроме того, трудный путь к интимной близости совершенно естественно усиливает взаимное влечение, нежели отталкивает людей друг от друга.

Пока ты этого сама не очень сильно хочешь, не поддавайся уговорам настойчивых юношей. Причем это должно быть именно желание, а не удовлетворение любопытства. Сексуальная жизнь –

не та сфера, где надо кому-то подражать или соревноваться, кто быстрее. В 18 лет от первого сексуального контакта ты получишь гораздо больше удовольствия, чем в пятнадцать. Да и проблем после этого будет меньше.

Сейчас я буду тебя пугать.

Первое бу. Любая сексуальная неудача в твоем возрасте имеет тенденцию к повторению и приводит к сексуальному расстройству.

Второе бу. Если ты все же решилась на близость с другом, всегда предохраняйся. Об этом, конечно, должен подумать партнер, но мальчишки такие нетерпеливые и такие забывчивые. А расхлебывать все это потом тебе. От беременности никто не застрахован. Несколько минут безответственности могут очень сильно перевернуть твою жизнь. Ты думаешь, что тебя это не коснется, что это бывает только с другими? Увы и ах – чем меньше ты об этом думаешь, тем вернее это с тобой случится.

Третье бу. Ты уже чувствуешь себя взрослой и ведешь соответствующую жизнь? Что же, получай и взрослые проблемы – венерические болезни. Твой друг может тебя уверять в чем угодно, что ты у него первая и единственная, что до тебя у него никого не было, а если и было, то сто лет назад. При этом друг может выглядеть невинным одуванчиком, носить очки и не расставаться с книгами. Внешний вид часто бывает обманчив. Я думаю, ты это знаешь по себе. На лбу у твоего друга не приклеена справка о здоровье. Лучше перестраховаться, чем потом бегать по врачам или, заламывая руки, ждать страшного конца. К тому же венерические болезни передаются не только половым путем. Сифилис бывает бытовой. А трихомоноз можно подхватить, купаясь в закрытом водоеме, озере или пруду. Причем проявляются все эти болезни не сразу. И твоя Большая Любовь может просто не подозревать о наличии у него подобных заболеваний. К тому же, зачастую сами не заболевая, мужчины становятся так называемыми «носителями» этих инфекций.

Четвертое бу. Какое бы неземное, яркое чувство ни вспыхнуло между тобой и твоим новым знакомым, ни на что не соглашайся, пока получше не узнаешь его. Спешка хорошо только при ловле блох. Постельные утехи без любви сильно подпортят твою самооценку. Ты сама себя будешь чувствовать омерзительно. Не стоит удовлетворение чужих желаний твоих страданий.

Пятое бу. Врага нужно знать в лицо. Сифилис, гонорея, хламидиоз, трихомоноз, генитальный герпес. Все эти болезни наносят серьезный вред организму. Хуже, если о твоей болезни кто-нибудь узнает, и тогда тебя начнут избегать. Не обольщайся,

что это может случиться с кем угодно, только не с тобой. Ты не исключение из этой жизни. Позаботься о себе сама, раз решила играть по-взрослому. И помни, от венерических болезней лечатся оба партнера. Будь готова к тому, что врач спросит обо всех твоих сексуальных партнерах. В нашей стране существует закон о распространении венерических заболеваний. Тому, кто знает о своей болезни, но продолжает заражать других, грозит уголовное наказание.

Шестое бу. Молодости свойственно желать все и сразу, боязнь что-то упустить и недополучить, страх оказаться не таким, как все. Это не только твоя индивидуальная особенность. Так у всех. Поэтому сегодня ты с Сашей, завтра с Васей, а послезавтра в кожно-венерологическом диспансере. По-хорошему, лет с пятнадцати раз в полгода надо начинать ходить в женскую консультацию. Если ты встречаешься с мальчиками не только для того, чтобы музыку послушать, то делать это надо непременно.

Седьмое бу. Как бы ты ни любила всех своих половых партнеров, ничто не может оправдать твоей распущенности. Неумение хранить верность одному человеку, неспособность правильно разобраться в своих чувствах, желание переспать со всеми мужчинами планеты, боязнь упустить что-то, что другие уже изведали, а ты еще нет, – все это приведет к тому, что ты никогда не сможешь остановиться. Душевный разврат не даст тебе возможности создать нормальную семью. Отсутствие моральных принципов хотя бы в вопросе интимной близости будет все время давать тебе разрешение на новые подвиги, даже при горячо любимом муже или парне. Ты считаешь, что так оно и должно быть, что без постоянных романов жизнь становится скучной? Остановить тебя никто не сможет. То, что ты сама в себе не воспитаешь сейчас, потом не появится. Только уж не сетуй лет через пять, что парни к тебе относятся «как-то не так», что гуляют с одними, а женятся на других. Раньше надо было думать.

Ну что, стало страшно? Я думаю, нет. Ты мчишься вперед, ни на что не обращая внимания. Ты уверена в успехе, и успех сам находит тебя. Ты согласна рискнуть. Вряд ли ты живешь по присказке «семь раз отмерь, один раз отрежь».

Умение принимать решения и совершать поступки сильно облегчает жизнь. Усложняют ее только последствия поступков. Вот мы и проверим, насколько ты склона к риску. Вопросов в тесте много, 31 штука. Сделано это специально. На десятом вопросе ты подустанешь, на двадцатом потеряешь бдительность и начнешь отвечать, не задумываясь, то есть как раз так, как этого и требует тест. Отвечать надо «да» или «нет». Результат подведем

чуть позже.

Тест «Рисковая ли ты девушка?»

1. Я легко раздражаюсь, когда понимаю, что не справляюсь с заданием («да» – 1, «нет» – 0)
2. Когда я работаю, то это выглядит так, словно это главное дело моей жизни («да» – 1, «нет» – 0)
3. Когда возникает проблемная ситуация, я сначала выслушаю решения друзей и только потом принимаю свое решение («да» – 1, «нет» – 0)
4. Я начинаю беспокоиться, когда бездельничаю два дня подряд («да» – 1, «нет» – 0)
5. У меня бывают явно неудачные дни («да» – 0, «нет» – 1)
6. По отношению к себе я строже, чем по отношению к другим («да» – 1, «нет» – 0)
7. Я добрее других («да» – 1, «нет» – 0)
8. Когда я отказываюсь от трудного задания, то потом мысленно ругаю себя, что не рискнула попробовать с ним справиться («да» – 1, «нет» – 0)
9. Во время выполнения домашнего задания мне нужны перерывы для отдыха («да» – 1, «нет» – 0)
10. Мне часто нравится не та работа, что я выполняю («да» – 0, «нет» – 1)
11. Порицание стимулирует меня сильнее, чем похвала («да» – 1, «нет» – 0)
12. Я знаю, что мои знакомые считают меня толковой девчонкой («да» – 1, «нет» – 0)
13. Препятствия делают мои решения более твердыми («да» – 1, «нет» – 0)
14. У меня легко вызвать честолюбивые мысли («да» – 1, «нет» – 0)
15. Когда я работаю без вдохновения, это бывает заметно («да» – 0, «нет» – 1)
16. Иногда я откладываю то, что должна была сделать сейчас («да» – 0, «нет» – 1)
17. Нужно полагаться только на саму себя («да» – 1, «нет» – 0)
18. В жизни мало вещей более важных, чем деньги («да» – 1, «нет» – 0)
19. Я менее честолюбива, чем другие («да» – 0, «нет»

– 1)

20. В конце каникул я обычно радуюсь, что снова пойду в школу («да» – 1, «нет» – 0)

21. Когда я расположена к работе, то делаю ее лучше и быстрее других («да» – 1, «нет» – 0)

22. Мне проще и легче общаться с людьми, которые умеют много и упорно работать (с отличниками, одним словом) («да» – 1, «нет» – 0)

23. Когда у меня нет дел, я начинаю скучать («да» – 1, «нет» – 0)

24. Когда мне приходится принимать решения, я стараюсь это делать с большей ответственностью («да» – 1, «нет» – 0)

25. Мои друзья иногда считают меня ленивой («да» – 0, «нет» – 1)

26. Мои успехи в чем-то зависят от друзей и одноклассников («да» – 1, «нет» – 0)

27. Я обычно мало обращаю внимания на свои достижения («да» – 0, «нет» – 1)

28. Когда я работаю с другими (например, иду делать уроки к подруге или выполняю задание в классе), то работа получается гораздо лучше, чем обычно («да» – 1, «нет» – 0)

29. Почти все, за что я берусь, довожу до конца («да» – 0, «нет» – 1)

30. Я завидую людям, не загруженным работой и учебой («да» – 0, «нет» – 1)

31. Когда я уверена в своей правоте, то буду отстаивать свое мнение до победного конца («да» – 1, «нет» – 0).

Если тебе хватило пальцев на руке, то есть ты набрала **меньше 10 баллов**, то ты тихий пугливый человек, не любишь принимать решения, предпочитая идти за всеми. Тебе явно нужен ведущий, лидер. Без друзей ты теряешься.

11–16 баллов. Ты человек осторожный, не ведешься на заманчивые предложения, совершая только те поступки, в которых уверена на все сто. Скорее всего ты и сама себе не очень доверяешь. Побольше самоуверенности тебе явно не мешает.

17–20 баллов. Ты стараешься не упускать своего шанса. Ты знаешь, что дорогу осилит идущий, поэтому смело идешь вперед. Впрочем, судьбу лишний раз ты не испытываешь.

Свыше 21 балла. Твой девиз «Удача любит смелых». Он не совсем подходит для девочки, больше для парня. Но раз ты в эту категорию попала, то на собственной шкуре испытала, что судьба бывает прихотливой. Что такое глобальный день неудач, тебе знакомо не понаслышке. За тобой часто тянутся твои друзья и одноклассники, порой ты становишься лидером в своей группе. Но твое безрассудство порой приводит не туда, куда хотелось бы. Лучше просчитывай ходы, сохраняй хладнокровие и больше доверяй людям.

Говорят, жизнь похожа на зебру: полоска белая, полоска черная, полоска белая, полоска черная… Правда, заканчивается это все зебриным задом.

Порой ты чувствуешь себя именно там, под хвостом.

Так бывает.

Из этого состояния надо выбираться. Если справиться с собой нет никаких сил, нужно подождать. День, два. Ты выкарабкаешься. Из любой беды можно вылезти. Только с того света не возвращаются. И даже ручкой оттуда помахать нельзя. И не посидишь на облаке, болтая ножками. Не будет ничего. Поэтому поскорее завязывай со своей хандрой и возвращайся в нормальное состояние.

Тебя бросил друг, и жить после этого не хочется? У вас такие сложные отношения, что выносить их больше нет сил? Попробуй воспользоваться моими советами.

13 способов, как избавиться от любви, если все пошло не так, как хотелось бы.

1. Вроде бы еще вчера все было хорошо, а сегодня он уже на тебя и не смотрит. Поговори с ним. Объясни, что не так. Может быть, у него что-то болит или он встал не с той ноги. И к вашим отношениям его хмурый вид не относится.

2. Парни не любят выяснять отношения, поэтому вряд ли он тебе напрямую скажет, что его что-то не устраивает, что он хочет с тобой расстаться. Но на то ты и женщина, чтобы понять – что-то идет не так. Не терпи. Твое терпение не будет вознаграждено. Он не ушел сейчас, он уйдет чуть позже. Он уже ушел, только еще не смог сам себе в этом признаться.

3. Если ты приняла решение расстаться, не дай себя уговорить. Ты еще можешь находиться под его влиянием. Ты должна научиться говорить: «Нет, я не согласна», «Нет, я не хочу». Ищи и находи себя. Не живи чужими мыслями.

4. Надеюсь, это тебя утешит: взаимная любовь встречается

один-два случая на тысячу. Посмотри по сторонам, почитай книги. Люди в основном страдают, а не радуются жизни. Настоящий влюбленный – это маньяк, параноик, он забывает о себе, он теряет чувство самосохранения, он растворяется в любимом человеке, для него больше ничего не существует. Ни папа, ни мама, ни еда, ни сон, ни друзья, ни способность по-прежнему спокойно ходить по улице. Себе он больше не принадлежит. Это любовь. Все остальное – привычки, увлечения, желание быть в центре внимания. Разберись в себе. Какое у тебя было желание? Быть любимой? Быть рядом с кем-то? Тогда все пройдет, замена найдется. И нечего рыдать. Еще морщины появятся.

5. А теперь ты точно утешишься. Даже если любовь взаимна, она редко бывает счастливой и благополучной. Любовь зла. Ей вечно что-то мешает – разлуки, моральные нормы, непреодолимые барьеры, родители, государственные границы. Да что мы говорим, если Ромео с Джульеттой умерли. Радуйся, что вы расстались. Вместе вас бы ожидало столько горя!

6. Если забыть его невозможно, начни с ним «разговаривать». Пиши ему письма и клади в стол, рассказывай обо всем дневнику. Поговори с подругами – развей свою беду по миру. С каждым новым рассказом беда будет менее болезненной.

7. Обычно двух-трех дней слез бывает достаточно, чтобы устать и чтобы тебе все надоело. Пора выбираться в люди, идти на дискотеку, в кино, в клуб. Только не туда, где ты сможешь встретить его. Самая большая глупость, которую допускают брошенные влюбленные, – попытка встретить свою «любовь». Неожиданно, как бы случайно. Если ты это делаешь, то только увеличиваешь свои страдания и снова возвращается к первому пункту.

8. В одном неплохом американском фильме главной героине, которую бросает жених, советуют сходить в парикмахерскую. Подумай не о НЕМ, а о СЕБЕ. Забота о своей внешности неплохо разгоняет тоску. Возьми у мамы денег и гульни на все – парикмахерская, маникюр, солярий, сауна, бассейн. Любое дело, направленное только на тебя. Самое большое заблуждение, что в стрессовой ситуации спасает еда. Тебе от этого станет вдвойне хуже – и любимый бросил, и поправилась на пять килограммов. Никакого счастья в жизни.

9. Немедленно выброси все, что у тебя с ним связано, – записочки, фотографии, подарочки. Не можешь выбросить, отдай подруге, пускай спрячет подальше. Только не оставляй дома. Вы встречались в твоей комнате, и теперь тебе все напоминает о

нем? Поменяй что-нибудь. Повесь другой плакат, передвинь стол и кровать, попроси маму купить новые шторы. Такая перестановка и тебя отвлечет, и от воспоминаний избавит. А тебе совет на будущее – никогда не устраивай разборок в месте, где живешь. Твоя комната тебе все время будет напоминать скандал. Тем самым конфликт надолго задержится в твоей памяти. А тебе от него надо как можно быстрее избавиться. Выясняй отношения на улице, в кафе, в кинотеатре – при людях вы орать громко не сможете, а свежий воздух будет охлаждать разгоряченные головы. Если вы сидите у тебя в гостях и ты понимаешь, что сейчас начнется большая ссора, предложи выйти на улицу, ритмичные движения усмиряют пыл. Если же ты решила с парнем расстаться, иди к нему домой. Пускай все воспоминания о ваших криках хранит его комната.

10. Самое верное лекарство от тоски – усталость. Начти учиться с удвоенной силой, вместо пятисот метров в бассейне проплыви километр. Ты никогда не задумывалась, почему все красивые и возвышенные истории любви пишутся о графинях и баронах? У Дюма ты не встретишь простолюдинов. Шекспир предпочитал писать исключительно о королях и герцогах. Да потому что, когда куча свободного времени, есть силы и любить, и страдать по полной программе. А если ты какая-нибудь кухарка или доярка? Доползти бы до постели и упасть. Какие уж тут страсти? Утомляй себя работой, учебой, чтобы из головы выветрились все зловредные мысли.

11. Недели через две, когда в душе твоей улягутся все чувства, когда ты придумаешь новый образ бывшего возлюбленного, тебе начнет казаться, что все не так уж и плохо, что любимый твой прекрасен и ты согласна попробовать снова завоевать его сердце. Не делай этого. Он не изменился. И ты только добавишь себе новых переживаний, вернувшись к первому пункту. К тому же ОН не сможет не воспользоваться твоим возвращением, ввернув коронную фразу: «Я же говорил, что ты приползешь ко мне на коленях!»

12. Если все предыдущие пункты пройдены, то самое время завязывать новые знакомства. Выглядишь ты неплохо, голова прочистилась, глаза блестят от выплаканных слез. Только не совершай глупости. Если ты начнешь что-то делать в отместку ЕМУ, то скорее только себе навредишь. Я знаю не один случай, когда девушка назло ЕМУ взяла и вышла замуж за первого встречного. Видимо, мучилась она потом несколько лет тоже «назло ему».

13. Попробуй сама для себя определить, что ты делала не так. Учти, «не так» мог делать и он. Не считай, что ты одна

совершаешь в этом мире ошибки. Для успокоения можно принять, что ваше расставание было предначертано судьбой. Но все же кое-какие просчеты с твоей стороны были. Найди их. Это сложно. Для этого нужно перетряхнуть свою память и разобраться в характере. А еще лучше сравнить результаты общения с предыдущими парнями. Найди те «грабли», на которые ты все время наступаешь. Это может быть податливость, неспособность высказать свое мнение, неумение настоять на своем, доверчивость, капризность, желание угождать другу, непунктуальность, неаккуратность, дотошность, ревнивость. Поставь галочку около этого пункта и постарайся не выпускать больше на волю свое не самое лучшее качество.

Эпизод девятый
Будь с нами! Будь как мы! Будь лучше нас!

О дружбе, коллективе и лидерстве. О шутках природы. И о том, о чем с подружкой не поговоришь.

Пример

Лена с Катей подружились случайно. Катя в классе слыла странной, с первого класса зачитывалась Дюма и Жюлем Верном, бредила историями и приключениями, была резка в словах и нелюдима. Лена же была человеком общительным, веселым и первые семь лет школы обходила Катю стороной. Как-то Лене удалось осилить толстенную книгу Дюма «Королева Марго», о чем она и похвасталась перед Катей. Катя равнодушно кивнула и как бы между прочим спросила, читала ли Лена продолжение. О продолжении Лена не догадывалась, поэтому на следующий день ей был принесен еще более толстенный талмуд под названием «Графиня де Монсоро». С предупреждением – читать быстро, книга любимая. Следующая неделя выпала из Лениной жизни – она читала. Еще через неделю раздобыла «Сорок пять» и пропала еще на несколько дней. После этого они с Катей стали взахлеб делиться впечатлениями от прочитанного, придумывать собственные продолжения, находить новые книги, бредить о сбыточном и несбыточном. Они вместе пошли заниматься бальными танцами и верховой ездой, научились играть на гитаре, каждая сочинила по своему приключенческому роману, причем Катя еще и иллюстрации к ним придумала.

После школы они редко встречались. Но если что-то происходило в жизни, они шли друг к другу, чтобы поговорить, вспомнить детство или вместе помолчать.

Человек не может жить один. Так уж повелось. Как в

доисторическое время жил стаей, так и сейчас без компании никуда. Если человек долго остается один, совсем один, без телевизора, радио и Интернета, то довольно быстро сходит с ума. Робинзон Крузо выжил только потому, что ему было с кем общаться – с собакой и попугаем, а потом и Пятница подтянулся.

В былые времена после работы люди выходили на улицу, сидели на завалинке, разговаривали друг с другом, обсуждали события прошедшего дня. Сейчас общение с людьми заменяет телевизор и компьютер. Ты в курсе событий, видишь лица и вроде бы как общаешься.

Но вокруг человека должны быть не только «вообще» люди. В метро тебя тоже окружает много народа, но тебе от этого как-то не тепло, не холодно.

У человека должен быть друг.

Информация

Друг – это человек, который связан с тобой близкими отношениями, основанными на взаимном доверии, привязанности, общности интересов. Друг – твой сторонник и защитник.

Друзья у тебя появляются не просто так.

Это только в детском саду можно подойти к девочке с большими бантами и сказать: «Давай дружить!» И вы начнете ходить везде за руку, вместе играть в дочки-матери, делиться плюшками и конфетами и приглашать друг друга в гости на дни рождения.

К школе у тебя уже формируются собственные интересы и друзья, соответствующие им. Оказывается, что твой лучший друг вместе с тобой ходит на легкую атлетику, сидит за одной партой или учится в одной с тобой школе.

Знакомства и расставания учат тебя общаться и дружить. Так постепенно ты выводишь первые Законы Дружбы (ЗД).

Первый ЗД – дружба завязывается на основе общих интересов.

Если ты ничем не интересуешься, ничем не занимаешься, дома предпочитаешь только смотреть телевизор, то с друзьями у тебя будет напряженка. Им будет неоткуда взяться. Тараканов и хомячков мы за друзей считать не будем. Если ты хоть чем-то занимаешься, ходишь в клуб или кружок, то там ты непременно встретишь если не верного друга, то уж хорошего знакомого

точно.

* * *

И снова Светка Павлова сидела на лавочке одна. Было совсем холодно, осень незаметно превращалась в зиму. На носу маячил ноябрь, каникулы. Народ разъезжался кто куда. Баскетболистки Вероника и Катя паковали вещи, вся их команда отправлялась на сборы в другой город. Олечку увезли к бабушке в далекий город Орск.

Светкин класс ехал в Суздаль на экскурсии.

Ехать хотелось. Но Светка решила лишний раз напомнить о своей исключительности и демонстративно отказалась. Громко, на весь класс сказала, что не хочет быть в толпе. Хотя ехало из всей «толпы» человек двенадцать. В адрес Светки все уже давно вертели пальцем у виска, поэтому очередную ее выходку просто не заметили.

И теперь Павлова сидела на лавочке, чувствуя себя если не Печориным, то уж Мцыри точно. Ей очень хотелось, чтобы на нее обратили внимание, чтобы ее послушались и пошли за ней в огонь и в воду. Но за ней никто не шел.

Информация

Печорин – персонаж романа Михаила Лермонтова «Герой нашего времени». Он был мрачен и нелюдим, в адрес знакомых нередко отпускал нелестные замечания, за что был взаимно нелюбим окружающими его людьми. Человеком он был одаренным, но растратившим свой талант на злобное отношение к миру.

Мцыри – герой одноименной поэмы Михаила Лермонтова, гордый, одинокий, мечтающий о свободе.

И Печорин, и Мцыри погибают в полном расцвете сил.

Сначала зашевелились кусты, а потом оттуда раздался голос:

– Колька Решеткин просил передать, что если ты не едешь из-за него, то он может и сам не поехать. Ему одолжения не нужны.

– Пускай Решеткин пойдет со своими просьбами знаешь куда!.. – сразу вспыхнула Светка, ища, откуда вещает Танька Половинкина. – Он уже дано на фиг никому не нужен! Так и передай ему.

– Сама передашь.

Светка вздрогнула, потому что Танька появилась не из-за кустов, где она ожидала ее увидеть, а из-за детской горки.

– Что ты тут одна сидишь? – поинтересовалась Половинкина, усаживаясь на качели.

– Тебя жду, – буркнула Светка. Таньки для компании ей как раз недоставало.

– А наши в Питер едут, – сообщила Половинкина.

– Скатертью дорога, – мрачно пожелала Павлова. – Хоть неделю от тебя отдохну.

– А я тоже не поеду, – откликнулась Танька, загадочно улыбаясь. – У меня дела.

И качели опустели.

– Знаем мы, какие у тебя дела, – проворчала Светка, с опаской поглядывая вокруг. – Подслушивать, подглядывать, сплетни собирать. Тоже мне – дело! Лучше бы крестиком вышивала.

– А ты-то чем лучше?

Танька появилась перед Светкой, словно из-под земли выросла. От неожиданности Павлова чуть с лавочки не свалилась.

– Сидишь тут, фигней страдаешь, – гневно сверкала глазами Половинкина. – Ленку запугала, она домой ходить боится. Колька рядом с тобой вообще находиться не может. Тихомирова лишний раз на улицу не высовывается. Заняться ничем не можешь – сидишь на одном месте и гадости про всех говоришь. Да кому ты нужна со своей лавочкой, если у тебя даже друзей нет! Тоже мне – звезда эстрады!

– Неправда, – вскочила Светка, чувствуя, как закипают у переносицы слезы обиды. – Никакая я не звезда. И не нужно мне ваше общество. Я сама по себе, без всяких там подсказок!

– Ну и ладно, – вдруг произнесла Танька и ушла с площадки.

Павлова осталась одна, и ей вдруг стало очень одиноко. Все были при деле – родители, ребята в классе, соседи по двору. Только ей суждено было оставаться одной. И завтра она будет одна. И послезавтра. И никто не поинтересуется, как у нее дела и не скучно ли ей сидеть на этой дурацкой лавочке.

Второй ЗД – друг познается в радости.

Считается, что друг познается в беде. На деле не всегда так выходит. В беде человеку помогают. А это не так сложно, если помощь эта в твоих силах. Ночью пойти искать украденный велосипед. Сказать хаму, что он хам, потому что оскорбил твою лучшую подругу, и получить от него по физиономии. Посидеть с заболевшей сестренкой подруги, когда той надо срочно куда-то

отправиться по важному делу. Выяснить, куда пропал кавалер все той же подруги. Даже выручить подругу шпаргалкой – и то помощь. Помощь не требует длительных раздумий, действовать нужно сразу.

Хуже обстоит дело с радостью. Разделить с другом радость способен не каждый.

Самая безобидная радость – праздники и дни рождения. Здесь завидовать нечему. Сегодня у подруги день варенья, завтра у тебя. Все по справедливости. Она тебе подарила вазу, ты ей чашку. Все довольны.

Но если к твоей подруге приехал дядя из Америки и навез кучу всяких подарков, то эту радость ты уже разделишь с трудом. С годами радоваться за других получается все сложнее и сложнее. Подруга удачно вышла замуж, работает на престижной работе, родители ей подарили квартиру, а брат отдал свою машину. Ты радуешься, но с каждым днем сил на это остается все меньше и меньше.

Пример

Даша с Лизой подружились в походе, когда обеим было лет по пятнадцать. Лиза плохо себя почувствовала, и Даша взяла часть вещей из ее рюкзака себе. Потом Даша потеряла ложку, и Лиза щедро делилась с ней своей, так что ели они по очереди. Девочки вместе играли на гитаре, катались на коньках и ходили в походы. Отучившись в школе, они обе поступили в институты, и дружба их стала еще крепче. Теперь они вдвоем ездили за границу, путешествовали по городам, с хохотом рассказывали о своих любовных удачах. Дашу смущало только одно – Лиза росла в обеспеченной семье, и у нее всегда были деньги. У самой Даши денег было мало, поэтому ей приходилось все время зажиматься, на всем экономить. Порой рядом с Лизой Даша чувствовала себя неуютно. Вскоре Лиза вышла замуж, папа купил ей квартиру. Даша искренне была рада за подругу. Шли годы. Дашина личная жизнь не складывалась, от нее ушел молодой человек, и она осталась одна с ребенком. У Лизы же все было неплохо – хорошая работа, заботливый муж, ежегодные поездки за границу. Только отношения у подруг стали все больше и больше разваливаться. Они перестали радоваться

успехам друг друга, а стали завидовать. Даша – Лизиному семейному счастью и тому, что многое ей досталось легко и непринужденно. Лиза – Дашиной неугомонности и наличию ребенка. Так они и живут. Когда у кого-нибудь случается неприятность, они тут же приходят на помощь. А вот о радостях друг другу уже не говорят, чтобы бывшая подруга лишний раз не расстраивалась.

Третий ЗД – дружба рождается из совместных переживаний.

Известно, что самая крепкая дружба рождается у походников и альпинистов, у людей, которым время от времени приходится думать не только о себе, но и о рядом идущем человеке. Как пел Владимир Высоцкий: «Если друг оказался вдруг…»

Еще считается, что настоящим другом можно обзавестись только в детстве, когда чувства искренни, а помыслы чисты. Взрослым же не до того, они спешат, бегут и ничего не видят вокруг себя. Это так. Друзья детства вместе с тобой прошли через многое. Вместе вы учились ездить на велосипеде, вместе прыгали с заборов, вместе прятались от страшной собаки, вместе бегали кататься на самую далекую горку, вместе заблудились в парке. Короче, вам есть что вспомнить и через десять лет, и через двадцать. Поэтому-то вам вместе никогда не скучно.

Четвертый ЗД – дружить надо учиться.

Дружба не дается нам с рождения, как умение ходить, говорить или смотреть. Дружбе нужно учиться.

Первые три года карапузу никто не нужен, кроме мамы с папой. Потом он с удовольствием играет в песочнице с Катей и Сашей. В детском саду, взяв других ребят за руки, ты уже с удовольствием водишь хоровод.

Школа, двор – везде люди.

Так постепенно ты осваиваешь азы дружбы. Если ты будешь все время сидеть дома и на улицу смотреть только через окошко, не сможешь нормально общаться со сверстниками. Если в детстве у тебя не будет своей компании, то, повзрослев, ты станешь нелюдимой, тебе будет тяжело находить общий язык с окружающими.

Своя компания – хитрая штука.

Компания – это кружок единомышленников, где вы вместе с удовольствием делаете одно дело – ходите в музыкальную или художественную школы, собираете марки или ездите на велосипеде, просто сидите во дворе и решаете кроссворды.

Компания – это убежище от мира родителей и учителей, поле приложения сил. Здесь ты познаешь жизнь во всех ее проявлениях: учишься общаться с противоположным полом, постигаешь основы социального неравенства. У тебя появляются первые реальные авторитеты и наставники. Я говорю «реальные», потому что ты видишь этого человека, ты с ним общаешься. На деле же авторитетным может стать любой человек, даже вымышленный.

Есть у Николая Карамзина сочинение «Бедная Лиза», книга вышла в конце XVIII века. Главная тамошняя героиня утонула в озере от несчастной любви. Начитавшись этого романа, многие девушки, не в силах пережить расставание с любимым, тоже топились в прудах. Или еще – после выхода сентиментального романа Иоганна Вольфганга Гёте «Страдания молодого Вертера» (тоже конец XVIII века) в Германии был отмечен всплеск самоубийств среди юношей. А все потому, что они подражали герою романа, убившему себя тоже из-за несчастной любви. Герои этих книг тоже были авторитетами, но вымышленными.

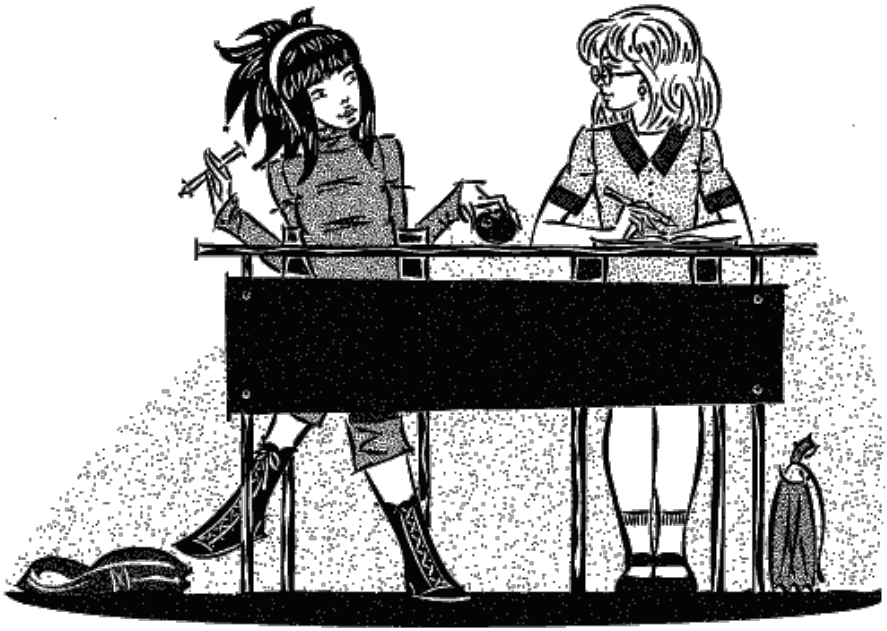
Бывает, что ты выбираешь себе компанию назло родителям. Дома на тебя давят, мучают вечным «нельзя», и ты идешь туда, где можно все. Честно говоря, пользы от такой компании для тебя немного. Максимум, чему ты там научишься, – презирать социальные устои, пить, курить. Как итог – будешь вечно конфликтовать с родителями. Причем конфликт войдет в основу твоего поведения на много лет вперед.

Пятый ЗД – дружба рождается на сходстве или на отличиях.

Вы обе любите скорость и носитесь на велосипедах. Вы обе без башни и гоняете на роликах. Вы обе любите актера Джонни Деппа, поэтому готовы без остановки смотреть «Пираты Карибского моря», где он сыграл одну из последних своих ролей. Или вы любите посплетничать. Или ходите в один кружок макраме.

Это сходство.

Но бывает, что интерес строится на различии. Тихая отличница неожиданно начинает дружить с оторвой-хулиганкой. Каждая находит в другой то, чего ей не хватает. Вот такая шутка природы.



Редко когда дружба строится на равных отношениях. Так устроена человеческая психика, один пристраивается к другому. Одному нужно чуть больше внимания, у другого чуть больше возможностей. У одного слабее характер, у другого более пробивные способности. В зависимости от ситуации роли могут меняться: то один впереди, то другой.

Но есть и постоянные роли. Открытый человек, душа компании всегда ведет за собой. Он лидер, ведущий. Человек с низкой самооценкой будет вечным ведомым. Из-за слабости характера, неуверенности в себе, в своих силах.

Пример

Маша была тихая, незаметная, я бы сказала, невзрачная, похожая на мышку. Она постоянно к кому-то пристраивалась, желательно к тому, кто сильнее ее. Выбранную на роль покровительницы девочку она начинала задаривать подарками, звала в гости, ходила с ней под ручку. Но так как сама Маша ни в чем другом не проявляла себя, то в итоге оказывалась скучной для своей избранной подруги, и такая дружба быстро распадалась.

Людей, «примазывающихся» к дружбе, не очень любят. В плохой компании ими помыкают, над ними насмехаются. В

бандах такие «прилипалы» становятся шестерками. Чтобы удержаться в группе, они становятся подхалимами, льстецами или ябедами.

Если ты заметила в себе следующие особенности: ты стараешься общаться с девочками старше тебя, сильнее тебя; ради того, чтобы тебя заметили, ты готова лебезить и преданно заглядывать в глаза, – то начинай сама с собой бороться!

Твоя самая главная проблема – низкая самооценка. Вычеркни из своей головы слова «Я не смогу», «Я хуже других», «Одна я никогда ничего не достигну», «Я никому не нужна». На самом деле все это не так. Находи в себе не минусы, а плюсы. Их ведь тоже достаточно. Выпиши их на листочек, держи все время перед глазами, повторяй как заклинание.

Мои минусы: ……
Мои плюсы: ……

Известно, что плюсы в себе искать сложнее, чем минусы. Это объясняется особенностями человеческой психики.

Попробуй к слову «хороший» подобрать синонимы (это слова, похожие по значению). Замечательный, прекрасный, превосходный, восхитительный…

А теперь к этому же слово антонимы (это слова, противоположные по значению). Гадкий, мерзкий, плохой, безобразный, невозможный, дурной, скверный, дрянной…

Заметила, что «отрицательных» качеств набирается больше, чем «положительных»? Вот и про себя плохого ты наберешь больше, чем хорошего.

На самом деле ты нисколько не хуже других, а порой даже лучше. Просто люди стараются не общаться с угрюмыми, неуверенными людьми. А ты именно такую выбрала себе манеру поведения. Если ты сама скучный человек, то рядом с тобой быстро образуется свободное пространство.

Улыбайся. Улыбайся даже тогда, когда ты одна. Это и тебе самой настроение поднимет, и людей к тебе привлечет.

Хватит думать о плохом! Думай о хорошем. Помни: ты – «самая обаятельная и привлекательная…»

Шестой ЗД – нужно отличать дружбу от не-дружбы.

Друг – это человек, который тебе всегда нужен, с которым тебе никогда не скучно. Это человек, которого хочется видеть и в радости, и в горе. Даже расставшись лет на пять, ты встретишь своего друга как родного. И вам всегда найдется о чем поговорить.

Те же отношения, что строятся на выгоде, дружбой стать не

могут. Это браки бывают по расчету. Дружба по расчету не получается. Потому что брак – это договор, а дружба – эмоции, чувства.

У тебя дома стоит навороченный компьютер – и рядом с тобой тут же появляется подружка, которая не прочь каждый вечер появляться у тебя в гостях, о том о сем поговорить, а заодно и за компьютером посидеть.

Бывают знакомые, которые живут по принципу «Где блины, там и мы, а где мы, там и блины». Если ты умна и красива, то рядом с тобой находиться интересно и престижно. На этот престиж и летят бабочки-однодневки. Как только ты потеряешь свой статус, от тебя отвернутся. Ну, разве это дружба?

* * *

Улица выглядела вымершей. Это Светку Павлову особенно злило. И так все не слава богу, а тут еще и посмотреть не на кого. Мысленно она себя до того довела, что ей аж тепло сделалось. Когда это произошло, из-за гаражей показалась невысокая фигура. Шел неизвестный не просто так, а к площадке. И не просто к площадке, а к Светке Павловой.

И был этот неизвестный Колькой Решеткиным.

– Ты… это… как тут? – Решеткин старался не смотреть на Светку, поэтому казалось, что говорит он не с ней, а с кем-то у нее за спиной. Павлова даже оглянулась на всякий случай. Вдруг там кто стоит. Но там никого не было. Они были одни. И Колька говорил именно с ней. Что само по себе было удивительно.

– А чего такое? – Она не хотела говорить грубо. Слова сами сорвались у нее с языка.

– Ну… это… что случилось-то? – Колька мялся, жался, с трудом подбирая слова.

– У кого? – напряглась Светка, испугавшись неожиданного несчастья.

– У тебя. – Решеткин перевел взгляд на лицо Павловой и замер. Пауза затянулась, потому что Светка от удивления не находила что сказать. – Ты же не едешь, – наконец произнес он, и стало понятно, что говорить он будет о Суздале. – Дома не пускают?

Павлова машинально кивнула.

– Слышь, если ты из-за меня не едешь, то я и дома могу остаться. Меня батя с собой зовет поехать.

Светка почувствовала, что сейчас разрыдается. Она опустила голову и всхлипнула. Колька решил, что она кивнула.

– Тогда договорились? – облегченно выдохнул он.

Светка снова всхлипнула и покачала головой. Решеткин нахмурился – понимание женской натуры ему пока давалась тяжело.

– Я не из-за тебя не еду, – прошептала Светка, чувствуя, что слова ей тоже даются с трудом. – Я так… Сама не знаю почему.

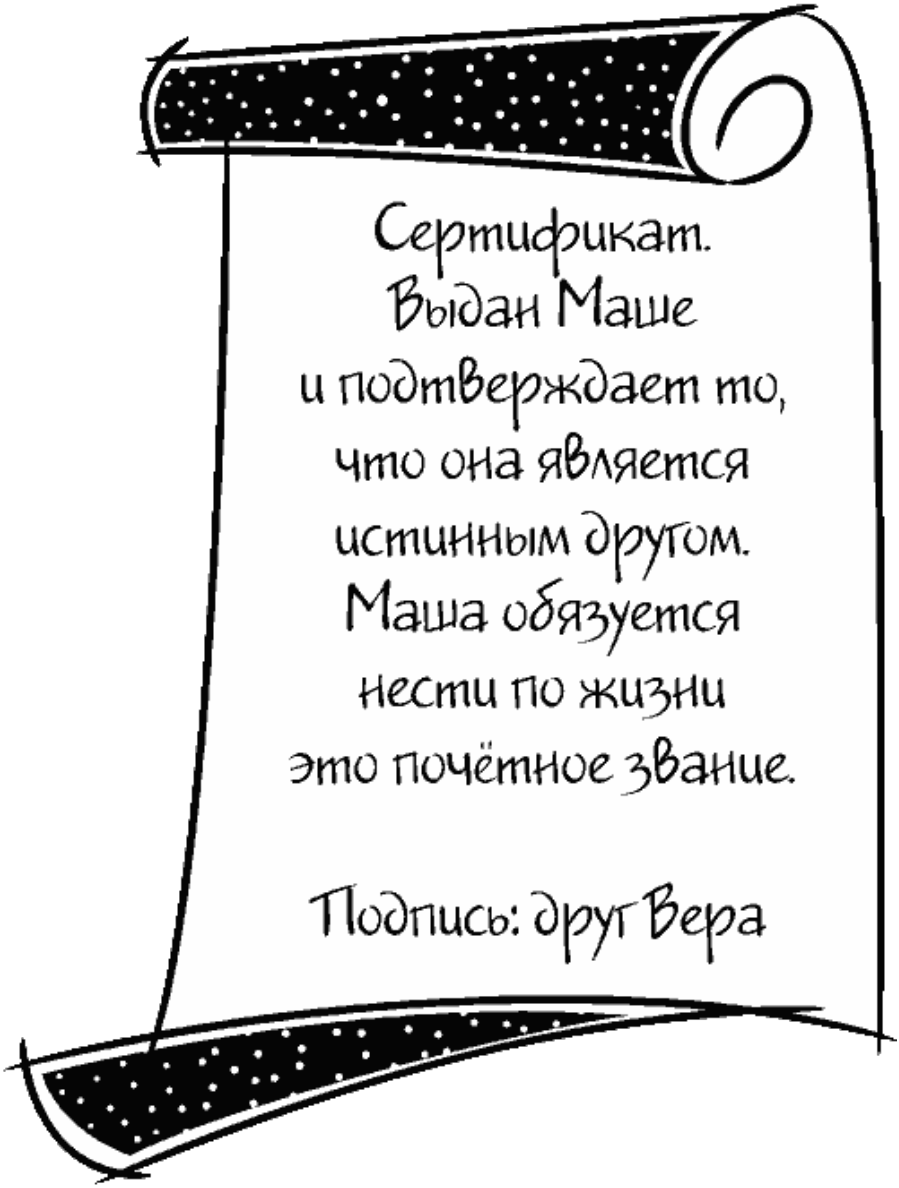
– Тогда… это… чего делаем-то? – Колька окончательно запутался. – Ты едешь или нет? Там Нинель Петровна последний раз списки проверяет. Девчонки сказали, чтобы тебя записали. Говорят, без тебя скучно будет. Ты у нас одна такая…

Он неопределенно покрутил рукой в воздухе.

– А ты поедешь? – Светка шмыгнула носом и подняла на Решеткина влюбленные глаза.

– Ну, если ты не из-за меня, то я поеду. – Колька был явно горд, что справился с поставленной задачей. – Я не дурак от такой поездки отказываться.

И он побежал прочь, оставив Светку в полном недоумении.



Если ты всерьез задумалась, насколько девчонка, сидящая с тобой за одной партой, тебе подруга, то попробуй вместе с ней заполнить своеобразную «Анкету друга».

Хотя бы половина ответов совпадает, значит, вам вдвоем уж точно не скучно. И если до дружбы еще дело не дошло, то вскоре вы станете закадычными подружками.

Совпадает один-два пункта – вряд ли вас можно назвать друзьями не разлей вода.

Не совпало ни одного пункта … Что же, «+» с «—» всегда притягивались. Если не отталкивались.

В любом случае тема для размышления у тебя появится.

Анкета друга

1. Во сколько ты любишь вставать? Ни свет ни заря или попозже?

Твой ответ……

Подруга……

Друг (или еще одна подруга)……

2. Кто тебе готовит завтрак?

Твой ответ……

Подруга……

Друг……

3. Убираешь ли ты за собой посуду или все оставляешь на столе?

Твой ответ……

Подруга……

Друг……

4. Какие школьные предметы тебе нравятся?

Твой ответ……

Подруга……

Друг……

5. Что ты больше любишь есть – пирожные или соленые огурцы? (вписать любимое блюдо)

Твой ответ……

Подруга……

Друг……

6. Как ты предпочитаешь отдыхать?

Твой ответ……

Подруга……

Друг……

7. Тебя сильно волнует, сколько у тебя денег в кармане?

Твой ответ……

Подруга……

Друг……

8. Какие книжки тебе больше всего нравится читать – приключения, фантастику, детективы? Или ты не любишь чтение?

Твой ответ……

Подруга……

Друг……

9. Какой актер/актриса тебе нравится?

Твой ответ……

Подруга……

Друг……

10. Какая музыкальная группа или музыкальный исполнитель тебе нравится?

Твой ответ……

Подруга……

Друг……

11. Нравится ли тебе слушать музыку, врубив звук на полную громкость?

Твой ответ……

Подруга……

Друг……

12. Нравится ли тебе ходить на дискотеки?

Твой ответ……

Подруга……

Друг……

13. Любишь ли ты животных? Каких?

Твой ответ……

Подруга……

Друг……

14. Нравятся ли тебе шумные компании или ты любишь посидеть в одиночестве?

Твой ответ……

Подруга……

Друг……

15. Любишь ли ты смотреть телевизор? Какие фильмы предпочитаешь?

Твой ответ……

Подруга……

Друг……

16. Мечтаешь ли ты научиться играть на музыкальном инструменте, например гитаре?

Твой ответ……

Подруга……

Друг……

17. Ты домоседка или любишь путешествовать?

Твой ответ……

Подруга……

Друг……

18. У тебя много друзей?

Твой ответ……

Подруга……

Друг……

19. Как ты относишься к родителям? Есть ли у вас традиции совместных семейных обедов?

Твой ответ……

Подруга……

Друг……

20. Что для тебя важнее: дружба или любовь? Чем ты сможешь поступиться?

Твой ответ……

Подруга……

Друг……

Отвечать на вопросы можно одновременно с подругой. Но лучше, конечно, не говорить, что проверяешь ее на истинность ваших чувств. Она может и обидеться. Дружба редко когда терпит проверки.

Даже если совпадений у вас окажется мало, не расстраивайтесь. Дружба, как и любовь, не поддается законам и правилам. Это стихийное явление, эмоциональное и слабо объяснимое.

Если ты даже не задаешься вопросом, друг ли стоящий перед тобой человек, значит, это самый настоящий друг. Можешь не сомневаться.

Седьмой ЗД – даже самый большой друг не становится твоей копией.

Таких случаев миллион. Вслед за подругой ты идешь туда, куда идти особенно не хочется. В результате подруга получает удовольствие, а ты пережидаешь время. Или того хуже, ты зовешь подругу, например, в гости. Она там знакомится с парнем, а ты остаешься ни с чем. В классическом варианте это звучит так – пошла за компанию поступать в театральный институт. Все провалились, она поступила.

Особенно тяжело с влюбленностями. Ты влюблена, ты летаешь на крыльях счастья, своим настроением заражая подругу. В результате она тоже влюбляется в твоего парня. Ты же сама убедила ее, что он самый лучший, самый красивый, самый добрый. Ну, как в такого не влюбиться?

Будь осторожней с высказыванием своих эмоций. Даже лучшей подруге.

Восьмой ЗД – дружбу можно завоевать.

Для этого достаточно пустить в ход несколько хитростей.

В поле своего интереса завлекай человека одного с тобой

уровня интеллекта. С круглой дурочкой тебе будет скучно, а слишком заумная собеседница тебя сама не заметит.

Человека, с кем ты решила завести дружбу, можно заинтересовать собой или чем-то, что у тебя есть.

Тему беседы хорошо бы заранее подготовить – рассказать о новом фильме, о нашумевшей книге, о своей последней поездке. Желательно говорить о том, что интересно не только тебе, но и собеседнику. Да-да, даже к самой непринужденной беседе нужно готовиться.

Научись между делом вставлять смешные фразы и рассказывать анекдоты. Веселый человек ценится в любой компании.

Наберись терпения – заинтересовывать собой – очень тяжелый труд. Не получилось сегодня, получится завтра. Завтра вышла промашка, у тебя есть послезавтра и вообще вся жизнь. Только не будь навязчивой. Приставучих никто не любит.

Общаться люди учатся всю жизнь. Любая встреча, любая неудача оставляет свой след. Если же ты до сих пор не овладела этой премудростью, то вот тебе **пара дельных советов**:

1. Каждый человек – другой. Поэтому для него нужен свой подход. Если тебе нравится, когда к тебе подходят и нежно целуют в щечку, то не обязательно это же нравится кому-то еще. Если вместо того, чтобы краснеть и теряться в момент знакомства, ты немного понаблюдаешь, то это, во-первых, поможет тебе преодолеть собственную неловкость, во-вторых, снимет напряженность и, в-третьих, вызовет у другого желание сделать шаг навстречу тебе.

2. Не навязывайся сразу новому человеку в приятельницы. Не стоит тут же просить телефон, узнавать домашний адрес и место учебы. Не стоит показывать свою заинтересованность. Лучше поговорите на общие темы. Тогда вокруг себя ты создашь некую таинственность. А значит, встречи ваши еще впереди.

3. Если с тобой не захотели продолжать общение – не беда. Не зацикливайся на неудачах. В жизни у тебя будет еще много побед.

4. Попробуй создать условия, при которых вам придется встретиться еще раз. Попроси книгу, фильм, CD с музыкой. Задай вопрос, на который сразу ответить нельзя. Для получения ответа понадобится связываться еще раз? Замечательно. Давай номер телефона. Для второй встречи у тебя будет возможность подготовиться более основательно.

5. На тебя никогда не обратят внимание, если ты будешь молчать, забившись в угол. Даже если ты станешь посылать мысленные импульсы в сторону заинтересовавшей тебя девушки,

она их не поймет – медиумов среди людей не так много. Надо хоть что-то говорить, а если не говорить, то действовать.

6. Кто неизменно привлекает внимание? Шутники и балагуры, веселые люди, умеющие говорить комплименты.

7. Иногда, чтобы лучше понять человека, стоит не только за ним наблюдать, но и попробовать принять такую же позу, что и он, сделать такое же лицо, говорить похожим голосом. Только будь осторожна! Если тебя заметят, то решат, что ты дразнишься. Если же твой «настрой» на другого человека пройдет успешно, то ты сможешь «поработать» с ним на одной волне, понять его чувства и настроения.

8. Вступая в контакт с человеком, стоит сконцентрироваться на чем-то одном – на отличиях или на сходстве. Веди какую-то одну линию, и ты будешь замечена.

Впрочем, завести знакомство не самое сложное дело. Удержать интерес к себе и от знакомства перейти к дружбе – это задача посложнее. Умеешь ли ты дружить? Об этом ты узнаешь, пройдя следующий тест.

Тест

«Хорошая ли ты подруга?»

Отвечай на вопросы быстро и не задумываясь, только тогда твои ответы будут искренними, а тест покажет верную оценку. Для развлечения делать тест можно вдвоем с подругой. Я думаю, вы удивитесь результату.

1. Ты знаешь очень смешную историю об одном из своих друзей. Ты:

• расскажешь ее другим (1 балл);

• расскажешь ее, опустив имена (2 балла);

• будешь держать ее при себе (3 балла).

2. Твоя подруга часто просит у тебя разные вещи и почти всегда не возвращает. Сейчас она опять обратилась к тебе с такой же просьбой. Ты:

• дашь ей то, что она просит (1 балл);

• скажешь, что у тебя сейчас этого нет (1 балл);

• откажешь и объяснишь причину (3 балла).

3. Ты считаешь, что твои друзья:

• умнее, чем ты (2 балла);

• не такие умные, как ты (1 балл);

• примерно равного с тобой уровня (3 балла).

4. Твоей подруге купили одежду, которая ей не очень идет. Ты-то уж точно это видишь. Ты:

• похвалишь обновку (1 балл);

• скажешь, что подруге это не подходит (2 балла);

• ничего не скажешь (3 балла).

5. Твоя подруга случайно разбила настольные часы в твоей комнате. Ты:

• скажешь, что эти часы тебе все равно не нравились и ты собиралась купить новые (3 балла);

• попросишь, чтобы за часы тебе заплатили (2 балла);

• не будешь даже слушать ни о каких деньгах, только основательно отругаешь подругу за неаккуратность (1 балл).

6. Твоя подруга завела знакомство с человеком, который тебе не нравится. Ты:

• прекратишь дружбу с ней (2 балла);

• ничего не скажешь и будешь с ней дружить, как прежде (3 балла);

• скажешь, что подруга должна выбирать: либо ты, либо он (1 балл).

7. Ты хотела бы взять на время у подруги ее куртку. Ты:

• сделаешь пару туманных намеков (1 балл);

• попросишь куртку (2 балла);

• промолчишь (3 балла).

8. Ты знаешь, что твоей подруге нужны деньги, и ты готова их дать. Ты скажешь:

• «Пожалуйста, возьми. Мне будет очень приятно» (2 балла).

• «Ты меня тоже не раз выручала. Эти деньги малое, чем я могу расплатиться за твою помощь» (3 балла).

• «Бери, тебе это пригодится. Тебя надо выручать» (1 балл).

9. Ты видишь, что твоя подруга явно «влипает в нехорошую историю». Ты:

• разорвешь отношения с ней, чтобы самой не пострадать (1 балл);

• поговоришь с ней «по душам» (3 балла);

• постараешься не замечать происходящего и будешь общаться с подругой дальше (2 балла).

10. Ты считаешь, что твоя подруга должна:

• рассказывать тебе все (1 балл);

• рассказывать тебе, что она хочет (3 балла);

• держать свои мысли и проблемы при себе (2 балла).

Теперь на пару с подругой вы дружно путаетесь в баллах – иначе какие вы подруги? Минуты две выясняете отношения и с удивлением узнаете, что у вас не только разные результаты, но что вы попали в разные группы.

Их всего три.

21–30 баллов. Ты хороший и верный друг. Тебе не знакомо одиночество. Ты человек легкий и общительный. Ты убеждена, что если случится беда, твои друзья непременно придут к тебе на помощь.

15–20 баллов. Ты не всегда понимаешь своих друзей. Бывает, что они делают не то, что тебе хотелось бы. Да и ты порой слышишь от них недовольные отзывы. Старайся чаще ставить себя на место других людей. Может быть, тогда вы будете больше доверять друг другу.

10–14 баллов. Ты по натуре «волк-одиночка». Свои проблемы предпочитаешь решать сама. И не потому, что не находишь общего языка с людьми. У тебя нет особой потребности иметь друзей. Тебе самой с собой до того не скучно, что ты не находишь места и времени для дополнительного общения.

Впрочем, никакая дружба не измеряется баллами и оценками. Каждый в понятие дружбы вкладывает что-то свое. Что-то, что нельзя разложить по полочкам. Да и тест – штука субъективная. Прочитай еще раз вопросы и ответы, где стоят 3 балла. Вроде бы именно так должна поступать Самая Лучшая Подруга На Свете.

Посмотри ответы, где стоит 2 балла. Так поступают те, кто и подругу любит, и о себе не забывает.

Ну а 1 балл на все вопросы говорит о твоей полной закрытости. Ты не спешишь общаться, вот и ответы такие выходят.

Ты не согласна? Тогда впору самой составлять тесты. Попробуй, может, у тебя получится, и в будущем из тебя выйдет классный психолог или социолог.

* * *

Колька Решеткин давно ушел, а Светка Павлова все сидела на лавочке и не могла прийти в себя. Что это было? Зачем приходил Колька? Он же ее ненавидит. И вдруг такое. «Я могу не поехать, если ты не едешь из-за меня…» Конечно, ни о какой любви разговора не было. Это был дружеский жест, желание помочь… А

может, Светке и не нужна была никакая любовь? Может, всеми правдами и неправдами она пыталась привлечь к себе внимание? Получалось у нее это неуклюже, но, видимо, получалось, раз Колька пришел, раз девчонки говорили, что без нее будет грустно.

Светка встала. Она вдруг поняла, что не может больше оставаться одна, что ей страшно надоела эта лавочка, что она хочет в свой класс к девчонкам, что она хочет поехать с ними хоть на край света, что она никогда не была в Суздале да и вообще за последнюю пару лет никуда из города не выбиралась. Что всему этому нужно положить конец и начать новую жизнь.

Павлова помчалась в школу. Она вдруг страшно испугалась, что Нинель Петровна собрала последние данные и уехала на вокзал за билетами. Светка бежала изо всех сил. Ей было очень важно не опоздать.

В нашем с тобой деле создания из тебя совершенства тебе важно запомнить две вещи.

Первое – никогда не теряй желание меняться.

Второе – если ты знаешь о своих недостатках, то, считай, наполовину ты их уже победила. Поэтому не забывай о результатах тестов. Они хоть и передают твое сиюминутное состояние, кое в чем тебе могут здорово помочь.

А напоследок 11 отличительных особенностей лидера и пара советов, как им стать.

Информация

Лидер (от англ. Leader – ведущий) – это человек, за которым признается право принимать решения в важных жизненных ситуациях.

1. Не каждый человек может стать лидером. Для этого нужно обладать некоторыми качествами: определенным жизненным опытом; жизненной активностью; умением сдерживать себя и сохранять хладнокровие в сложных ситуациях; авторитетом; и главное – он должен быть умный. Глупый лидер заведет свою команду в Страну Дураков, да там и оставит.

2. Лидер проявляется только в команде. Нельзя на пустом месте влезть на тумбу и объявить себя лидером. Тебе необходима своя группа единомышленников. Причем это должна быть не разномастная компания, а люди с общими целями – отдых,

поездка, победа в соревнованиях, обучающее направление. Когда есть куда идти, появляется ведущий. Во всех других случаях ты будешь стараться впустую. То же произойдет, если ты неправильно поймешь цели собравшегося народа. Ты им будешь толкать идею о дискотеке, а они тут собрались к годовому диктанту готовиться. Неувязочка выйдет.

3. Лидер – это человек, который в последнюю очередь думает о себе. На первом месте общая цель, интересы каждого члена команды, а потом можно позаботиться о себе, любимом. Если вы все вместе идете на дискотеку, то лидер проследит, чтобы никого не обидели, чтобы все благополучно сели на транспорт, и сам отправится домой в последнюю очередь. Причем руководит он, по возможности, не навязчиво. Иначе у него роль получится, как у воспитательницы в детском саду – все построились, взялись за руки и пошли по дорожке.

4. Членов команды нужно хвалить. Хорошие отношения легче поддерживать добрым словом. Если отношения строятся на страхе, то речь идет не о лидерстве, а о диктате. Это тоже своего рода лидер, но отношения с ним строятся на подчинении, а не на доверии. При диктатуре часто происходит смена власти.

5. Тебе необходимо быть инициативной. От тебя должны постоянно исходить интересные идеи. Ты должна показать, что можешь от идеи дойти до реализации. Самый простой пример – предложить пойти в кино, купить заранее билет, всех собрать, посмотреть фильм, обсудить его.

6. Ты не должна бояться принимать решения. Пойти направо или налево, сбежать с уроков или нет. Твой голос должен быть последним и решающим.

7. Если твое настроение скачет от бурной радости до глубокой депрессии, если ты порой не можешь сдержаться и кричишь на друга, если ты сама страдаешь кучей комплексов, то в лидеры тебе не пробиться. Лидер решает проблемы группы, а не вся группа спасает лидера. Психическое и физическое здоровье лидера должно быть безупречным.

8. Идеальные лидеры бывают только в кино и в книгах. На деле лидер занимает какую-нибудь одну позицию. Лидер-звезда ничего особенного не делает, но его присутствие положительно сказывается на коллективе. Лидер-информатор сообщает группе новые сведения, направляет ее в нужную сторону. Лидер-жилетка – человек, которому можно поплакаться обо всех своих бедах. Лидер-вдохновитель – генератор идей. Лидер-организатор занимается организаторской работой.

9. Выбери подходящую себе линию поведения и начинай действовать постепенно. Не стоит утром в понедельник

ошарашивать своих друзей сообщением, что с сегодняшнего дня ты главная, а также поражать их новой манерой общаться. Делай все постепенно. Незаметно приучай друзей к тому, что ты теперь другая.

10. Лидеры бывают явными и скрытыми. Явный распоряжается по поводу и без. Скрытый исподволь подводит команду к принятию решения. А в трудные минуты берет руководство на себя. Выбирай, что тебе ближе.

11. Воздерживайся от оценок. Конечно, твое мнение важная вещь, но для друга оно может быть воспринято особенно болезненно. Всегда кажется, что только ты видишь ситуацию в истинном свете. И только ты как демиург можешь управлять миром. Не стоит этого делать. Человек должен сам разобраться, что для него хорошо, а что нет.

Эпизод десятый
Пока часы двенадцать бьют

О праздниках и вечеринках, об умении дарить подарки и тонкостях составления букетов.

Пример

Реальная история из жизни. Мне исполнялось не то четырнадцать, не то пятнадцать. Сейчас уже не помню. На праздник захотелось пригласить в гости чуть ли не весь класс. Сказано – сделано. На мое приглашение все кивнули и сказали, что придут. Чтобы принять такую толпу народа, стол был выдвинут на середину комнаты, из шкафов была вытащена вся посуда. Готовка заняла вечер, ночь и немного утра. Сестра ушла в кино. Родители отправились к родственникам. Стараясь не мять новое платье, я уселась на диване. Время шло к заветным трем часам, моменту схода гостей. Гости не появлялись. Через полчаса я поняла, что терпеть больше не могу, и побежала к телефону. Кого не оказалось дома, кто отказался, сославшись на занятость. Часа через два явилась моя лучшая подруга, посмотрела на мой помятый и расстроенный вид, оценила заставленный тарелками стол и, придвинув к себе поближе большую лоханку с грибами, сказала: «Хорошо, что никого нет. Мне больше достанется».

Мораль этой истории проста – готовя праздник, продумывай все до мелочей, включая состав и качество гостей, а не только меню торжественного обеда.

* * *

Светка Павлова собиралась отмечать свой день рождения. Позвать на это радостное событие хотелось всех знакомых. Но тут возникло маленькое «но». Ее знакомые никак не «соединялись».

Ей очень хотелось, чтобы на празднике были «взрослые», то есть баскетболистки Катя и Вероника. Но с ними нельзя было

сажать Таньку Половинкину – они друг другу были не интересны. Если же не звать баскетболисток, то в пару к Таньке хорошо бы позвать и весь класс, но тогда не придет Олечка Тихомирова, потому что она боится незнакомой компании и на новом месте теряется. Если же позвать Олечку, то уже не позовешь Кольку Решеткина с Ленкой, потому что от Колькиных шуточек Олечка будет постоянно краснеть. Звать Кольку с Ленкой – тогда нужно, чтобы и все приходили с кавалерами. А если у кого-то сейчас нет парня, они же обидятся… Уф, сложная оказалась задача.

О том, что гостей нужно «подбирать», Светке сообщила мама. «Не всем будет приятно сидеть за одним столом», – предупредила она.

И Светка впервые задумалась о том, чего она хочет от дня рождения.

Подарков. Хороших и интересных.

Чтобы все знали о ее празднике и чтобы все поздравляли, говорили, что она хорошая и красивая.

Чтобы все хорошо провели время. И она в том числе.

Ну, и еды вкусной побольше.

Лозунг любого торжества: «Хочешь, чтобы праздник удался, готовь его сама!»

Если ты думаешь, что вечеринка как-нибудь пройдет без посторонней помощи, то ты глубоко ошибаешься. «Сама» она не пройдет, а проползет скучным и вялым ходом. Чтобы праздник «зажигал», надо заранее разработать программу.

Что у нас есть в запасе из доступных праздников?

Школьный «огонек» с чаепитием и танцами по случаю и без. Случаи бывают приурочены к официальным мероприятиям – Новый год, 23 февраля с 8 марта, 14 февраля – День всех влюбленных, 1 сентября «Здравствуй, школа!», оба Рождества – 25 декабря и 7 января, 31 октября – День Всех Святых, по-американски Хэллоуин, 30 апреля – Вальпургиева ночь, время традиционного шабаша ведьм, 1 апреля – День дурака и 1 мая – День Весны и Труда. В первую субботу октября можно поздравлять учителей – это День учителя. На 9 Мая, День Победы, вы вряд ли соберетесь. А вот прикольнуться и отметить День космонавтики, 12 апреля, день, когда Гагарин полетел в космос, можно. Будет очень патриотично. Праздновать можно любой другой день, включая День танкиста, тракториста и мелиоратора. Был бы повод, а уж желающие отметить это радостное событие найдутся всегда.

Но встречаться можно и без повода. Решили, что не мешало бы посмотреть друг на друга в неформальной обстановке,

договорились с классручкой (кто забыл, то это классная руководительница), уломали завуча и директора – и вперед к подготовке.

Еще одна разновидность совместных праздников это:

– школьная или любая другая дискотека,

– домашняя вечеринка,

– день рождения,

– пикник.

Вроде ничего не забыла. Если какой-то праздник прошел мимо меня, то впиши его в предложенный перечень.

Из всего перечисленного мы вычеркиваем дискотеку.

Дискотека особой подготовки не требует. Было бы желание, свободное время, подходящая компания – и всей толпой на ближайший танцпол. Особенности здесь две – правильная одежда и подходящее настроение. Если ты облачишься в траурную длинную юбку и черную водолазку, да еще будешь стоять с кислым выражением лица, то не только сама не получишь удовольствия, но и окружающим его подпортишь.

Школьный «огонек» по поводу и без.

Список гостей утверждать не нужно – все свои, а значит, никого неожиданного ждать не приходится. Учитель на этаже, охранник у входной двери, и до десяти вечера школа вам предоставляется на разорение.

Время оговорено, место выделено, теперь вам нужна инициативная группа.

Кто будет деньги собирать, кто будет решать, что покупать и как резать? В конце концов, кто будет все купленное резать? Учителя? Тогда ждите скучнейшего вечера.

Берите дело в свои руки!

Чай-тортики? М-да…

А не устроить ли вам фуршет или пати? То есть вместо банального сидения за столом и разглядывания до боли знакомых физиономий кучкование по интересам. Парты долой. Два стола сдвинуть. На них большую скатерть. На одной стороне стола тарелки с бутербродами (маленькими, чтобы в рот сразу поместились), пирожками (поедание их тоже не занимает много времени), на другой тарелки с небольшими пирожными и конфетами. Сладкого и еды должно быть по количеству присутствующих, умноженное на два. Чтобы всем хватило и обидно никому не было.

По центру стола газировка и минеральная вода. Про спиртные напитки я молчу. В школе вам все равно не разрешат пить, да и глупо это – хороший вечер превращать в бардак.

На отдельном столике чайник с чашками. Если вы по-взрослому устраиваете фуршет, то сидячих мест нет, все стоят. Это удобно, потом не понадобится стулья убирать для танцев. Да и народ сможет свободно курсировать от одной группы к другой. Будет эдакое вселенское брожение.

Для особо жаждущих можно поставить стулья в сторонке.

С едой лучше не затягивать. Вы же действительно сюда не есть пришли. Поесть можно и дома. Поэтому еда должна быть постольку-поскольку.

Главное – развлечение.

Если под празднество вам отдают не один класс, тогда советую разнести танцы и стол. Желающие тут же побегут танцевать. Кто не большой любитель мять ноги, останутся около столов. И никто никого смущать не будет.

Если есть дополнительные помещения, куда вас пускают, то развлечением займитесь всерьез. Организаторам придется попотеть. Зато потом удовольствия получат – все их будут благодарить и вспоминать проведенный вечер еще лет пять.

Развлечения зависят от ваших способностей и фантазий – конкурсы, соревнования, тихие посиделки с гитарой. Можно все развлечения объединить и провести одну интерактивную игру, в течение которой нужно пройти несколько станций или уровней.

За пройденную станцию (уровень) выдаются фанты. У кого их больше, тот получает приз, например, торт, CD-диск или еще что-нибудь.

Вы боитесь, что никто к вам не пойдет, все ринутся к столу или на танцы?

Ринутся.

Но через полчаса им надоест и то и другое, и они придут к вам. После завершения игры атмосфера станет раскрепощенной, все потянутся признаваться в любви и верности. Тогда можно считать вечер удавшимся.

Перечень станций условный. Вы можете придумать свои. Количество зависит от рабочей группы. Если вас пятеро, можно устроить пять станций. Народа больше, значит, и станций может быть больше, но лучше не перетяжелять, ограничьтесь четырьмя-пятью точками.

Первая станция – «игровая».

Игру можете взять любую – от фантов до «холодно-горячо». Если ты считаешь, что в пятнадцать лет в детсадовские игры не играют, то ты ошибаешься. Играют! Да еще как! Только начни, и увидишь, что твоих одноклассников не остановить. В азарте они вспомнят все игры, какие только знают, включая «жмурки» и

хоровод.

Если ты начисто забыла все игры, то пару самых простых я тебе напомню.

«Холодно-горячо». Играть могут и двое, но чем больше народа, тем веселее. В классе прячется небольшая вещь, например, теннисный шарик. Входят игроки и начинают ходить по классу, искать шарик. Ведущий подсказывает. Если игрок далеко от шарика, то ему говорят: «Холодно». Подходит ближе, говорят: «Теплее». Стоит рядом, кричат: «Горячо». В этой игре есть один закон. Положишь на видное место, искать будут дольше.

Фанты. Со всех игроков собирается по одному предмету – ключи, носовые платки, колечки, ручки. Все кладется в шапку или коробку. Выбирается один игрок. Его ставят спиной ко всем. Ведущий достает из шапки один предмет и говорит: «Что нужно сделать этому фанту?» Стоящий игрок говорит что. Чем сложнее и изобретательнее будут задания, тем веселее. Например, станцевать танец с хмурой отличницей, изобразить взятие Зимнего дворца в октябре 1917 года, пересчитать все пуговицы на платьях у девчонок, съесть десять пирожных. Чем больше народа, тем интересней. Но можно играть и втроем. Лишь бы был настрой на веселье.

Всякие конкурсы. От самых простых до навороченных. Описание конкурсов лучше искать в специальной литературе, коей в твоей школьной библиотеке навалом. Я же могу подсказать всего парочку.

Конкурс – это соревнование, поэтому нужно делиться на две команды. Игрокам завязывают глаза, вручают в руки фломастеры, подводят к натянутому ватману и дают задание нарисовать елочку, домик или цветочек. Поверь, с завязанными глазами это делать сложно. А со стороны наблюдать очень даже смешно.

Ассоциации. Звучит непонятно, играется весело. Снова две команды. Заранее договариваетесь, на какую тему будете играть – предметы, фильмы. Одна команда загадывает слово, выбирает игрока, который пантомимой изображает загаданное. Вторая команда отгадывает. В ответ на вопросы можно только кивать или качать головой, то есть «говорить» «да» или «нет». Изобразить «Остров сокровищ» сложно. Отгадать еще сложнее.

Информация

Пантомима – представление средствами мимики и жестов.

Можно в те же ассоциации играть на словах. Без команд, каждый играет сам за себя. Например, отгадываются исторические персонажи. Один человек загадывает, предположим, Наполеона. Остальные наводящими вопросами пытаются угадать. Ведущий может отвечать на вопросы только «да» или «нет».

Еще одна замечательная **игра «Мафия»**. Чем больше будет народа, тем веселее. Предположим, вас пятеро плюс один ведущий. Ведущий будет следить за порядком и помогать инспектору полиции. Вы берете пять карт, из них две должны быть черной масти, две красной и одна валет червей (по договоренности это может быть любая другая карта). Черной масти всегда должно быть на одну меньше, чем красной. Или на две. Карты раздаются игрокам рубашкой вверх. Черная масть – мафия. Красная – простые люди. Валет червей инспектор полиции. Задача мафии – вычислить и убить инспектора. Задача инспектора найти и обезвредить мафию.

Игра начинается с «ночи». Все закрыли глаза, бодрствует только ведущий. Сначала знакомится мафия. Люди с черными картами открывают глаза, «знакомятся друг с другом», молча, жестами решают, кого будут убивать, и снова закрывают глаза. Потом открывает глаза инспектор. Ведущий ему показывает, кого хотят убить.

Все открыли глаза. Теперь вы коллективно ищете мафию. Решаете, кто себя подозрительно вел, кто не так сидит, у кого бегают глаза. Выбранная жертва должна оправдаться. В момент игры вы можете говорить что угодно. Что вы папа римский, что вы бедный садовник. Врите напропалую, придумывайте любые истории. Условия: инспектору не выдавать себя; ну, и мафии особо себя не открывать. Так как инспектор знает, кого хотят убить, он может сразу вычислить мафию, если вся мафия одновременно покажет на выбранного человека.

Игра на внимание и изобретательность. Шумная, веселая и заразительная. «Убивают» человека большинством голосов. Убитый открывает карту. После этого снова начинается ночь. Все закрывают глаза, мафия выбирает новую жертву. Инспектора знакомят с жертвой. Когда будет убита вся мафия – игра останавливается, выиграли простые люди. Если мафии удается убить инспектора, игра тоже останавливается, выиграла мафия. Если остаются мафия – инспектор, то боевая ничья.

Вторая станция – «пожелательная».

Заглянувший на эту станцию должен написать пожелания всем, кому захотят (или кому скажут). Для этого на всех

присутствующих заведены карточки. Чем больше пожеланий написано, тем больше фантов выдается. Потом эти карточки можно раздать их «адресатам».

Третья станция «гадательная».

Ведущий одет цыганкой-гадалкой. Для этого достаточно цветастой шали.

Гадать можно **на картах.**

Вот самое легкое гадание, пришедшее мне на память. Берется новая колода, которой еще ни разу не играли, – это закон любого

гадания. Из всей колоды выбираются только картинки: валеты, дамы, короли и тузы. Все перемешивается. У вошедшего спрашивают, на кого он хочет гадать. Нужно не имя, а количество букв в полном имени загаданного. На указанное количество выкладываются карты рубашкой вверх, оставшиеся карты кладутся по порядку сверху. Когда колода закончится, нужно взять последнюю стопку в выложенных картах и разложить ее, начиная с той карты, на какой вы остановились. Потом снова взять последнюю и тоже разложить ее. Так, постепенно уменьшая количество стопок, вы доводите их до одной. Теперь раскладывайте получившуюся колоду по две карты картинками вверх. Вам нужно совпадение картинок. Если оно выпадает: валеты – ему (ей) нравится твоя фигура, дамы – ему (ей) нравится твоя внешность, короли – ему (ей) нравится твой ум, тузы – он (она) влюблен. Если тузы черные (пики, трефы), то это скорее роковые чувства. Если тузы красные (черви, буби), то это страстная любовь. Сочетание черный туз – красный туз – любовь обыкновенная.

Если вы сбились, продолжайте расклад. В гадании не бывает случайностей. Если «рука пошла» (карта упала или легла не туда), то так оно и должно быть.

Гадать можно **по книге**.

Правило простое. Человек мысленно задает вопрос, гадалка открывает наугад любую книгу (хоть «Евгения Онегина») и читает первую попавшуюся строчку. Потом все это трактуется.

Человек, задающий вопрос, может заранее сказать, какую страницу открыть и какую строчку сверху или снизу читать. Самое оригинальное гадание в моей жизни происходило по книге Гомера «Илиада». И что самое удивительное – гадание сбылось.

Можно гадать **на кофейной гуще**.

Перед человеком ставится чашка сваренного молотого кофе. Растворимый не подойдет, он не имеет осадка. Чтобы не возиться, можно взять специальный сорт, который заваривают в чашки.

Тот, кому гадают, выпивает чашку, мысленно (но можно и вслух) задавая вопрос. Оставшуюся жижу опрокидывают на блюдце. Воды должно быть чуть-чуть, а то у вас все уплывет и не получится никакого узора. Получившееся месиво рассматривается и трактуется. Вам нужно увидеть какой-нибудь рисунок или знак.

Если четкого рисунка нет, то его стоит придумать.

Включай фантазию.

Четвертая станция «страшилки».

Для нее потребуется больше чем один человек.

История такая. Человека вводят в класс, завязывают глаза и

начинают рассказывать «замогильным голосом».

У одной тетушки умер племянник. Он лежит здесь, и ты его сейчас потрогаешь. Вот его волосы. (Человека за руку подводят к столу и дают потрогать зубную щетку.) Вот его зубы. (Трогаются зубчики у расчески.) Вот его шапка (под руку подсовывается настоящая шапка.) Это его нога (трогается ворс ковра). Это его ботинок (трогается ботинок.) А это его ГЛАЗ!

На этих словах палец человека втыкается в кулечек с зубной пастой. Кулечек кто-то должен держать, иначе не получится момента неожиданности.

Обещаю, что визга будет предостаточно.

Пятая станция «музыкальная».

Для нее подойдет караоке или гитара вместе с человеком, умеющим на ней играть.

Остальные мероприятия я оставляю на твою фантазию и на умение читать книжки, где подобные мероприятия описаны.

Если в школе вы зажаты рамками приличия, надзором учителей и необходимостью завершить все часам к десяти, то **домашние посиделки** – вот где можно разгуляться.

План проведения приблизительно может быть такой же, как и на школьном «огоньке». Только ты будешь избавлена от не самых желательных гостей, учеников твоего класса. Яростных буянов, злостных хулиганов и прочей шушеры. Пригласишь только своих. Закатишь пир горой.

К готовке можно подключить маму, но ты и сама можешь неплохо со всем справиться.

Совет

Вот рецепт самого быстрого и вкусного салата. Берешь две банки консервированной фасоли без всяких там соусов. Два пакетика ржаных сухариков (не сладких). И упаковку майонеза. В кастрюлю высыпаешь фасоль (без воды) и сухарики (если они длинными ломтиками, то их можно руками поломать). Все это заправляется майонезом. Пусть постоит минут двадцать-тридцать – и вкуснейший салат готов.

Если вы затоварились хрустящей картошкой, то лучше высыпать ее в большую миску. Всем удобней будет доставать. И

пакетики потом не нужно будет собирать по всей квартире.

Совет

Как готовить горячие бутерброды, учить тебя не надо. Кусок хлеба, кружок помидора, колбаса, кусок сыра – все это поставить в духовку. Как только сыр потечет, можно доставать.

Если есть деньги, можно купить замороженных пицц. Двадцать минут в микроволновке, и еда готова.

Совет

Самое простое лакомство, которое я когда-либо знала, это банка сгущенки с дробленым сдобным печеньем. Все это перемешивается и ется ложками из одной миски. М-м-м, объедение. Особенно на голодуху.

Чтобы посиделки наверняка удались, нужен хороший повод.

Любой праздник. Пятница тоже подойдет. Отметить окончание трудовой недели – дело святое.

Но предупреждаю – отметить, а не напиться. Если вы считаете, что без пива или портвейна вечеринка – зря потраченное время, то можете понаблюдать за старшими товарищами. Папенька начал пить в пятницу. В субботу «лечился». В воскресенье поправлялся. В понедельник утром с пьяными глазами побрел на работу. Или все было гораздо хуже?

Ты с друзьями отмечаешь пятницу? У тебя есть планы в субботу сгонять на каток, а в воскресенье сходить погулять в парк? Если на твоей вечеринке появится спиртное, то о планах на выходные можешь забыть. В субботу будешь страдать от головной боли и приходить в себя. А в воскресенье у тебя пропадет всякое желание что-либо делать.

Прописная истина – подобные «отмечания» до добра не доводят.

«Слышать больше этого не могу! Достали! Занудные взрослые!»

Ты хочешь оказаться в компании алкоголиков? Бродить по утрам с опухшим лицом и мутным взглядом? Что же, за руки, за ноги тебя держать никто не будет. Это твой выбор. Можно только

посоветовать так не делать. Решать тебе самой.

Если расстаться со своей пьющей компанией нет ни желания, ни сил, то ради эксперимента всего один раз не пей, когда пьют все. Поверь, это очень интересное зрелище – наблюдать за выпившими знакомыми, в то время когда ты трезвая. Пить после этого не захочется долго.

На очереди **пикник,** выезд на природу. Лет в пятнадцать это вполне можно осилить.

Место выбирается заранее. Глупо с тяжелыми сумками топать в поисках приятного уголочка.

В черте города разводить открытый огонь запрещено, если вы надумали делать шашлык, прикупите еще и мангал. Там и шампуры будут. Все очень удобно.

С огнем и шашлыком возни много. Можно обойтись бутербродиками, пирожками и фруктами.

Расстилается большой плед. На одном углу сидят девочки, на другом стоит угощение. Мальчики либо стоят, либо пристраиваются рядом. Посуду стоит брать одноразовую. И по весу легче, и мыть потом не надо.

Не забудь об уличных развлечениях – бадминтон, воздушные змеи, мяч. Можно использовать подручные материалы – деревья и играть в прятки.

Возьми лишний литр воды и чистые тряпочки или влажные салфетки для рук – перед едой стоит мыть лапки. Да и после не помешает.

На случай дождя хорошо бы обзавестись плащами-дождевиками. Никакой зонтик в чистом поле тебя от дождя не спрячет. Ты все равно вымокнешь от ног до головы. Плащ же здорово может выручить. И руки свободными останутся, когда придется быстро сворачивать пикник.

* * *

– Как все сложно. – Светка Павлова так и застряла на составлении списка гостей. – А еще же этих гостей развлекать нужно.

– А ты никого не зови. – Рядом тут же появилась Танька Половинкина. Она почему-то всегда оказывалась рядом, как только Павлова выходила на улицу. От этого создавалось впечатление, что она одновременно бывает везде.

– Чего это я должна быть одна в такой день? – фыркнула Светка.

– Если никого не звать, то кто-нибудь все равно заявится, – пообещала Половинкина. – Верное средство, если боишься остаться одна.

Светка смутилась. Ей не хотелось пускать такое ответственное дело на самотек.

– Подарки ты уже заказала? – продолжала гнуть свою деловую линию Танька.

– Их можно заказывать? – растерялась Светка.

– А то! – довольно хихикнула Половинкина. – Как же все узнают, что ты хочешь получить, если ты об этом не скажешь?

У людей бывает разный подход к подаркам на **день рождения**. Одни надеются на чудо и ждут чего-то необыкновенного. В итоге получают прихватки для горячей посуды и расстраиваются.

Другие заранее намекают, что бы им хотелось, и все равно им достаются прихватки для горячей посуды, потому что намеки понимают не все.

Третьи говорят в открытую: «Хочу DVD с фильмом таким-то», – и из праздничной упаковки достают заказанное.

Все зависит от твоего склада характера. Когда меня спрашивают, что подарить, я теряюсь. Однажды на работе я попросила маникюрный набор. Мне вручили огромную плюшевую собаку.

Но в любом случае стоит поинтересоваться, что хотел бы виновник торжества, и узнать, нет ли у него того, что ты собираешься дарить. Может получиться так, что книга, которую ты хочешь презентовать, у человека уже есть. Будет неловко.

Заказывая подарок, соразмеряй свои желания с возможностями гостя. Навороченный компьютер тебе смогут подарить только родители, но никак не парень. Букет цветов в пять утра найти проблематично. Арбузы зимой встречаются редко. Здраво оцени, что тебе нужно – ручки, тетрадки, книжки, альбомы, набор открыток, косметика, кремы, шампунь. Полезное и симпатичное. Человек голову ломать не будет, а ты расстраиваться.

Если же ты ждешь сюрприза, то будь готова ко всему.

Если подарок тебе не понравился, не показывай виду, улыбайся. Потом придумаешь, куда его пристроить, когда все разойдутся.

Не оценивай друга по подарку. В подарке главное внимание – о тебе подумали, тебе постарались угодить. Даже если презент бедный, он может быть сделан от самого чистого сердца. Дорогущим подарком скорее всего покупают твое внимание и расположение. Не более того.

Делая подарок, стоит немного подумать об имениннике.

Не делай подарки с «намеком». Полной девушке преподносить чай для похудания, болезненной – витамины слишком уж жестоко. Хозяйка может и обидеться.

Подарок с прицелом, потом его взять во временное пользование – тоже плохой вариант. Получается, что ты даришь подарок не подруге, а себе.

Пример

Один раз я пыталась подарить знакомой книгу, которую тут же собиралась взять почитать. На всякий случай поинтересовалась, нужна ли девушке эта книга. Оказалось, нет. Мне книга тоже была не нужна. Так я ее и не купила.

Не стоит дарить дорогие твоему сердцу вещи. Этот подарок вряд ли будет оценен. Офигенный набор отверток, первоклассный комплект юного автолюбителя, специальная техника и мудрые приспособления – все не для подарка. Это покупают на заказ, по большой просьбе. Да и размер подарка пытайся соотнести с квартирой. Очень большой игрушкой ты вряд ли порадуешь жильца малогабаритной комнатки.

Пример

Мой друг фанат музыки, его коллекции CD-дисков позавидует любой меломан. На праздники он приносит мне копию какого-нибудь редкого диска и долго восторгается им. Я этих восторгов не понимаю и складываю его подарки стопочкой. Друг неизменно обижается моему пренебрежению к столь ценному подарку. В ответ я вздыхаю и в сотый раз говорю, что от музыки далека. И на следующий праздник получаю новый диск.

Живность дарится только по просьбе. Вы пошутили, подарили крысу, а у мамы именинницы на шерсть аллергия. Вместо того чтобы радоваться, хозяева будут спешно искать, куда эту крысу деть. Или с милой улыбкой вернут подарок обратно. Тогда ты будешь спешно искать, куда это чудо пристроить.

* * *

– Ладно, позову всех, – решила Светка, комкая список. – Им же будет приятно.

– Ну, не знаю, – протянула Танька. – Меня лично через неделю не будет в городе. У меня дела.

– Так всегда, – всплеснула руками Павлова и стала спешно искать выброшенную бумажку. – Надо было сразу говорить. Я бы тогда не мучилась.

– Не переживай, – махнула ладошкой Половинкина. – Я тебе пришлю букетик незабудок.

– Почему незабудок? – на этот раз Светка все-таки решила обидеться. – Подарила бы чего-нибудь попышнее. А то твой букетик и в микроскоп не разглядишь.

– Букет незабудок будет означать, что я о тебе помню, – серьезно сдвинув брови, произнесла Танька. – Такое не заметить будет нельзя.

– Как же, будешь ты обо мне помнить… – буркнула Павлова, а сама с интересом посмотрела на Таньку.

Испокон века цветы преподносились с тайным смыслом.

Это сейчас считается дурным тоном дарить красные розы. Только белые. Мол, гвоздики носят только на могилы и да ветеранам в День Победы, а нарцисс вообще дома держать нельзя, нехорошо.

Не так все было, господа, не так!

В эпоху Средневековья влюбленные общались друг с другом именно на языке цветов. Один-единственный цветок мог сказать больше, чем самое красноречивое послание. Если даришь близкому другу цветы, то слов не надо. В цветах все чувства, вся твоя доброта, вся твоя искренность. При этом друг поймет тебя и без слов.

Но со временем на Земле все же сложился определенный язык цветов. И если ты с подругой или другом обучишься ему, то у вас будет свой тайный язык, о котором знать будете только вы.

Издревле *азалия* считалась знаком печали, вызванной

одиночеством. *Гиацинт* числом бутонов намекал на день встречи. *Колокольчик* тем же образом намекал на час свидания. *Роза* означала любовь. *Незабудка* – память, *фиалка* – скромность, *васильки* – доверие, *лилия* – чистоту, *резеда* – сердечную доброту, *клевер* – ожидание.

Вот еще интересная деталь. Как известно, в букет можно засунуть многое, от записки до маленького презентика.

Это сейчас.

Раньше же, если букет перевязывали *ниткой жемчуга*, то это означало, что даритель восхищается красотой дамы. Если *ниткой бисера*, то это был знак, что получательница букета слишком холодна к дарителю. Букет, который девушка обвязывала *нитью своих волос*, звал возлюбленного на совершение смелого поступка. Например, ее похищения. Если средневековый рыцарь просил руку своей возлюбленной, он посылал ей *розы вместе с миртами* – символом супружества. *Маргаритки*, посланные в ответ, означали согласие, а *венок из них* говорил об отсрочке брака, желании подумать.

Теперь же мы дарим *розу*, королеву цветов, в знак любви и признательности. По преданию, роза родилась вместе с богиней любви и красоты Афродитой и поначалу была белой, потому что вышла из пены морской. Но упавшие на нее капли крови богини, уколовшейся о шип, окрасили розу в красный цвет. Красная роза считается символом безответной любви. Розовая – с надеждой на взаимность. Желтая роза предупреждает о фальши и измене. Белая роза – символ сохранения тайны.

Тюльпаны – символ нежности и счастья. Именно в цветке тюльпана появилась Дюймовочка. Эти цветы дарят как знак искренности.

Цветы *нарциссы* названы в честь прекрасного юноши, которого так и звали – Нарцисс. Однажды на водной глади он увидел свое отражение и влюбился в него. Так он и стоял, склонившись над водой, потому что никак не мог налюбоваться на себя. Когда юноша умер, на том месте вырос цветок с холодной красотой – белые восковые лепестки и хрупкая желтая или красная серединка. Считается, что нарцисс принимает любовь других, но сам ее не дарит, поэтому опасайтесь дарить эти цветы любимым. Тем более опасно большой букет нарциссов ставить в комнате – он способен вызвать головокружение и обморок.

Пионы несут с собой знак доброго пожелания, это цветок благородства и почета.

Лилия символ чистоты и невинности, ведь с древнегалльского слово «ли-ли» переводится как «белый-белый».

Сирень означает верность и стойкость.

То же самое означает и *гвоздика*. Говорят, что природа дарит силу и яркость лишь тем цветам, что не боятся жизненных невзгод. Яркий свет гвоздики тому пример.

Нежная *фиалка* знак пробуждения чувств.

Холодные осенние *хризантемы* символ печали. Их не стоит дарить в радостные моменты жизни.

Так же цветком печали считается и *гиацинт*. Это слово и с греческого-то переводится как «цветок дождей», а во время долгого затяжного дождя особенно не порадуешься.

Астры по-другому зовут «звездой, упавшей с небес», потому что на языке древних римлян «астра» означала «звезда». Помни, что, преподнося астры, ты преподносишь частичку неба.

Гладиолус – цветок победы. Раньше считалось, что он приносит удачу на поле боя, а значит, он сулит счастье как дарящему, так и получающему его в подарок.

Букет азалий является знаком беды. Эти цветы лучше не трогать.

И напоследок скажу о пахучих *ирисах*, которые вобрали в себя все цвета радуги. Подарить их – лишний раз подчеркнуть свое постоянство.

В любом случае надо помнить, что каждый человек принимает цветок по-своему, по-своему чувствует его. И в зависимости от чувств и настроений – толкует его.

* * *

Светка Павлова почесала в затылке.

– Что-то я запуталась, – пробормотала она.

Чем больше она узнавала о праздниках, тем меньше ей хотелось во все это влезать. Не то что раньше – ни о чем не задумываясь, назвал гостей, купил торт – и радуешься. А тут выясняется, что не только стоит правильно подобрать гостей, всем угодить с едой и пирожными, а еще и стол надо правильно накрыть.

– Для чаепития нужна разноцветная скатерть, – шептала себе под нос Светка, как заклинание, – и разноцветные салфетки в тон скатерти. Если это обед или ужин, то скатерть должна быть белой, салфетки тоже белыми. Сначала на стол ставят закуски, которые убирают перед тем, как подать горячее. Чай не разливать, пока не будет убран весь стол. Торт должен быть заранее порезан. Высокую вазу с печеньем ставят в центр стола. Орехи грызть зубами нельзя, зубы повыпадают. Уф…

Павлова в очередной раз скомкала свой листочек и теперь

уже окончательно запулила его в мусорную корзину.

Долой все правила и условности! Если гости придут к ней, то им и так будет хорошо. Они будут общаться друг с другом. А что еще от праздника нужно?

День рождения мало чем отличается от всех остальных праздников. Единственное что – подарки тебе дарят и первые пять минут еще помнят, зачем все здесь собрались, хвалят тебя и говорят всякие добрые слова. Потом обо всем этом забывается и начинается глобальный отдых и разговор на общую тему.

Можно ли выяснить, способна ли ты развлечь своих гостей хотя бы разговором?

Выяснить можно. Для простоты тест назовем коротко – **«Умеешь ли ты слушать?»**

Перед тобой вопросы. На них можно ответить:
«почти всегда» – 2 балла;
«в большинстве случаев» – 4 балла;
«иногда» – 6 баллов;
«редко» – 8 баллов;
«никогда» – 10 баллов.
А теперь сами вопросы:

1. Стараешься ли ты прекратить разговор, если тема или собеседник тебе не интересны?
2. Бывает ли так, что манеры собеседника выводят тебя из себя?
3. Может ли неправильное мнение собеседника вызвать у тебя раздражение или грубость?
4. Избегаешь ли ты разговоров с малознакомыми или незнакомыми людьми?
5. Перебиваешь ли ты собеседника во время разговора?
6. Бывает ли такое – подруга тебе что-то говорит, а ты делаешь вид, что слушаешь ее, хотя сама в это время думаешь о чем-то своем?
7. Меняется ли тон твоего голоса и выражение лица в зависимости от того, кто с тобой разговаривает?
8. Меняешь ли ты тему разговора, если собеседник коснулся неприятного для тебя вопроса?
9. Поправляешь ли ты собеседника, если в его речи встречаются неправильно произнесенные слова?
10. Бывает ли у тебя высокомерный тон по отношению к собеседнику?

Складываем получившиеся числа. Если никакой

особой пользы ты из этой книги не вынесешь, то хоть складывать простые числа научишься. И то неплохо.

Из вопросов понятно, что, если больше у тебя 10– и 8-балльных оценок, значит, ты очень хороший собеседник, да и друг неплохой. Если у тебя в большинстве случаев ответ «почти всегда», то общаешься ты с друзьями только на информативные темы – что задали и кто куда пошел. Более развернутую беседу с тобой поддерживать тяжело.

Если суммарно ты набрала около *55 баллов*, ты слушатель «среднего» уровня. Своих гостей тебе лучше развлекать не беседой, а подвижными играми и едой. Если твой показатель добрался до *62 баллов*, то ты слушатель «выше среднего» уровня и в минуты твоего вдохновения ты бываешь очень даже симпатичным собеседником. Если же ты перешагнула рубеж *70 баллов*, то ты человек разговорного жанра. Ты любишь и умеешь слушать людей, друзья с тобой никогда не скучают, они в очередь выстраиваются, чтобы поговорить с тобой. Их хлебом не корми, дай с тобой встретиться.

Что же делать, спросишь ты, если ты не только 55 баллов не набрала, а с *трудом 30 наскребла*. **Учись разговаривать и слушать.** Об этом мы уже говорили. Но если ты была невнимательной или пропустила эту главу, я повторюсь. К тому же мысль все равно не моя, а великого комбинатора и манипулятора людьми Дейла Карнеги.

1. Искренне интересуйся другими людьми.
2. Улыбайся.
3. Обращайся к человеку по имени, он на это обязательно обратит внимание.
4. Говори о том, что интересует твоего собеседника.
5. Поменьше говори о себе, поощряй собеседника говорить о своих проблемах.
6. Внуши своему собеседнику осознание его значимости в твоих глазах.

Вот и все секреты.

* * *

Светке очень хотелось, чтобы ее праздник удался. Она так волновалась, что в ночь перед днем рождения не смогла уснуть, утром у нее поднялась температура, и праздник пришлось

перенести на месяц. Из больницы после воспаления легких она вышла бледная и худая, праздник прошел по минимуму – гости посидели часик, чай попили и разошлись.

Сейчас я дам, наверное, самый главный совет на всю главу. Какой бы праздник ни планировался, не переусердствуй. Все твои приготовления пойдут насмарку, если ты надорвешься и заболеешь. А это бывает так обидно, особенно перед Новым годом и в день варенья.

Любой праздник удастся, если в вашей компании есть классная девчонка. Хочешь ею стать? Попробуй.

16 признаков классной девчонки.

1. Тебя знают не только в твоем классе и в параллельных, но и на класс старше и младше.

2. С тобой здороваются – то есть хотят, чтобы ты обратила на них внимание.

3. Ты жизнерадостный, улыбающийся человек. Даже если у тебя есть проблемы, ты их не «вывешиваешь на лицо».

4. У тебя находится время на всех – поговорить, заметить обновку, рассказать анекдот, послушать новости. Ты не воротишь нос ни от кого.

5. В любой ситуации у тебя есть свое мнение. Весь класс может думать так, ты же останешься при своем.

6. Ты умеешь сдерживать свои эмоции. Если тебе человек неприятен, ты отойдешь от него, но не будешь говорить ему гадости.

7. Ты понимаешь, что в школу ходишь не только тусоваться с друзьями. Школа тебе необходима для твоего становления как человека – здесь ты получаешь знания, учишься общаться и наблюдаешь определенные стороны жизни.

8. Ты никогда не хамишь взрослым. Даже если в данный момент взрослый не прав, ты промолчишь. Потому что, как известно, молчание – золото, в нем очень много сокрыто.

9. Ты увлекающийся человек. Что такое грусть-тоска – тебе незнакомо, тебе всегда есть чем заняться. Интерес к жизни приводит тебя в новые места, ты часто знакомишься с людьми.

10. Ты легкий на подъем человек. Если у тебя есть время, ты с удовольствием откликаешься на приглашения.

11. Тебя рады видеть во многих компаниях. Ты заводной легкий человек. Ты умеешь сама веселиться и заражать своим весельем окружающих.

12. В любом веселье ты помнишь, что тебя ждут дома. Ты не заставляешь родителей о себе волноваться.

13. Ты чувствуешь границы своей свободы, через которые переступать не стоит. Ты так же можешь обозначить эту границу в отношении с другим человеком.

14. На все свои комплексы ты махнула рукой уже давно. Легче принять себя такой, какая ты есть, и продолжать жить, чем мучиться, презирая и унижая себя.

15. Ты знаешь о своих недостатках и стараешься не особо их афишировать среди других людей.

16. Ты ищешь свой путь, у тебя своя цель в жизни. Она пока не окончательна, но бороться за нее ты уже готова.

Эпизод одиннадцатый
Сломанный телефон

Что девушку не красит, и как сделать так, чтобы в твой адрес никто не ворчал: «Хулиганка!»

Пример

У каждого есть свои недостатки. Например, моя сестра давно уже не ходит со мной в кино, потому что я громко смеюсь. Мол, ей рядом со мной сидеть неудобно. А по мне так если весело, то почему бы не похохотать. Не на приеме у английской королевы находимся, а в темном зале сидим. Да и на экране не трагедии Шекспира разыгрывают, а комедию показывают.

* * *

– Нинель Петровна тебе домой звонила.

Голос Таньки Половинкиной вывел Светку Павлову из задумчивости. Но она не показала виду, что сказанное ее сильно интересует.

– Колька Ленку в кино пригласил.

Светка почувствовала, как щеки ее медленно наливаются кровью. Она сжала кулаки, чтобы сдержаться.

– Леша-Сережа Тихомировой в любви признался. Обещал цветы подарить.

Павлова сорвалась с места, но Половинкина оказалась быстрее. Фиолетовая куртка мелькнула за кустами.

– Только попадись, – погрозила ей вслед Светка.

У всех есть свои недостатки.

Одних они только красят. Например, рассеянность и забывчивость. Над рассеянной женщиной мужчина невольно берет шефство, начинает ее опекать, заботиться о ней. Решительные и прямолинейные особы таких чувств не вызывают.

Пример

Катя пошла в клуб альпинизма, потому что считала – только там можно встретить настоящих парней. Не хлюпиков и задохликов, что учились вместе с ней в классе, а рыцарей «без страха и упрека», которые спасут, вытащат, помогут. Песни у костра, сон под жужжание мошкары, мокрые ноги – все это было ей нипочем. Ведь рядом шагали они – здоровые красавцы, как пушинку несущие тяжелые рюкзаки. Катя рядом с ними шла такая же веселая, решительная и старалась так же легко нести свой тяжеленный рюкзак.

А в конце группы плелась Марина. Она натерла ноги неудобными ботинками и плечи неправильно сбалансированным рюкзаком. Она не переставала канючить и причитать. Она постоянно падала, в результате чего рюкзак у нее пришлось забрать. Часть Марининых вещей перешла в Катин рюкзак. На привале вокруг Марины начиналось настоящее столпотворение – ей несли йод и лейкопластырь, отпаивали горячим чаем и делились последними сухими носками. Помогать Кате никто не торопился, хоть ей было тоже не очень хорошо. Она старалась не унывать. Все так же громко пела песни у костра, бегала с большим котелком за водой и подменяла Марину на утреннем дежурстве.

Вскоре все стали пользоваться Катиной безотказностью и неутомимостью. Ее стали просить лишний раз сварить кашу и взять оставшиеся продукты. Ни один из парней не догадался, что ей тоже надо помочь.

Люди разные, и угодить всем нельзя. Но есть несколько правил, соблюдая которые ты сможешь производить на окружающих хорошее впечатление.

Раньше основными качествами девушки были скромность, послушность, аккуратность, чистоплотность, трудолюбие, умение шить, готовить, убирать, врачевать, учить, развлечь собеседника приятным разговором.

Сейчас времена другие, многое из перечисленного тебе не понадобится, но кое-что стоит взять на вооружение. Это я не про «шить, готовить, убирать». Скромность, аккуратность и чистоплотность ценятся всегда.

Отсутствие этих качеств отпугнет от тебя даже самого настойчивого кавалера.

Не красит девушку УГРЮМЫЙ ВИД. Ты можешь как угодно сногсшибательно выглядеть, носить платья последних моделей, стричься у модного кутюрье, – но ничего тебе не поможет, если ты истерична, мрачна, подавлена, завистлива и обидчива. Таких девушек не любят. В лучшем случае их побаиваются, как бы они своим угрюмым настроением не испортили настроение другим. В худшем – обходят стороной.

Ты хочешь, чтобы тебя боялись и избегали?

Тогда срочно начинай работу над ошибками!

Как аукнется, так и откликнется. Если ты даешь волю своему гневу, он возвращается к тебе в виде злобы. Зависть ничего, кроме чувства презрения, не вызывает.

Для начала определим наличие у тебя этих самых «отрицательных» черт. Про ЗАВИСТЬ и РЕВНОСТЬ мы говорили в Эпизоде Седьмом. Сейчас же поговорим о том, что в тебе наверняка есть, – АГРЕССИВНОСТЬ.

Агрессия – отличительная черта твоего возраста. Что не по тебе – все в штыки, малейшее неудовлетворение желания – крик, отказ в чем-либо – яростное сжимание кулаков.

Прикрываться словами, что это типичное поведение подростка и ничего сделать с этим нельзя, со временем само пройдет, – нельзя.

Со временем агрессивное восприятие окружающего может превратиться в черту характера. Поменять характер сложнее, чем избавиться от привычки именно так реагировать на любые события.

А уж в личной жизни ты со своей агрессией намучаешься. И говорить не буду. Мужики от тебя станут бежать, как от зачумленной.

Выводим агрессию на чистую воду и уничтожаем на корню, пока она не привилась.

Тест «Насколько ты агрессивна?»

За каждый ответ «а» поставь себе 1 балл, за «б» – 2 балла, за «в» – 3 балла.

1. Ты в очередной раз вдрызг разругалась с друзьями. Пойдешь ли ты первой «мириться»?

а) всегда;

б) иногда;

в) никогда.

2. В вашей компании явно назревает конфликт. Как

ты ведешь себя в этой ситуации?

а) внутренне закипаешь;

б) сохраняешь уверенность и спокойствие;

в) постепенно теряешь самообладание.

3. Могут ли твои друзья про тебя так сказать:

а) «самоуверенная и завистливая»;

б) «добрая и дружелюбная»;

в) «спокойная и независимая».

4. Как ты отреагируешь, если тебе дадут ответственное поручение?

а) станешь опасаться возможной неудачи;

б) согласишься без колебаний;

в) откажешься – так спокойней.

5. Близкий человек взял твою вещь без разрешения. Как ты себя поведешь?

а) предъявишь ему претензию;

б) заставишь тут же вернуть;

в) спросишь, не нужно ли ему еще что-нибудь.

6. Твой друг в очередной раз опоздал на встречу с тобой. Ты:

а) спрашиваешь: «Что тебя задержало?»;

б) произносишь: «Вот я тебе в следующий раз…»;

в) говоришь: «Я уже так волнуюсь за тебя».

7. Кого-то из твоих знакомых или одноклассников похвалили. Ты считаешь себя более достойной этой похвалы. Ты:

а) расстраиваешься, но виду не подаешь;

б) стараешься не придавать этому никакого значения;

в) злишься и даешь этому знакомому понять, кто есть кто.

8. Какими ты считаешь свои взгляды на жизнь?

а) обычными, ровными;

б) легкомысленными;

в) жесткими.

9. Что ты предпринимаешь, когда не все идет по-твоему?

а) считаешь, что в этом виноват другой;

б) смиряешься с ситуацией;

в) становишься осторожнее.

10. Твоего знакомого несправедливо обидели. Ты:

а) встаешь на сторону обиженного;

б) пытаешься разобраться объективно;

в) кипишь, как паровой котел.

11. Ты очень хотела выполнить одно поручение, но его отдали другому. Что ты подумаешь в эту секунду?

а) «Зачем я только за это поручение билась?»;

б) «Наверное, у него (того, кому поручение досталось) физиономия приятней»;

в) «Ладно, в следующий раз добьюсь своего».

12. Когда ты смотришь триллер или фильм ужасов, ты:

а) боишься;

б) скучаешь;

в) получаешь удовольствие.

13. Ты опоздала на встречу с другом из-за поручений или нотаций родителей. На встрече ты:

а) нервничаешь;

б) оправдываешься перед другом;

в) раздражаешься и злишься на друга за то, что он тебя не понимает.

14. Как ты относишься к спортивным играм?

а) выигрыш должен быть достигнут любой ценой;

б) ценишь удовольствие поразмяться и пообщаться;

в) очень сердишься, если проигрываешь.

15. В кафе тебя плохо обслуживают. Ты:

а) не станешь связываться;

б) выскажешь официанту свои замечания;

в) отправишься жаловаться к администрации.

16. Как ты себя поведешь, если на твоего друга устроили нападение?

а) сама найдешь обидчиков и сделаешь им «последнее» предупреждение;

б) вместе с другом будешь искать случая отомстить;

в) в этот же день разберешься с кем-нибудь из той компании.

17. По-твоему, ты сама:

а) как все;

б) самоуверенная;

в) пробивная.

18. Что ты ответишь человеку младше тебя, если он наступил тебе на ногу и начал извиняться?

а) «Да ладно, это я виновата»;

б) «Ерунда все это»;

в) «Еще раз увижу, уши оторву».

19. Рассказывая историю, друг тебе явно лжет. Ты:

а) делаешь вид, что не замечаешь лжи, хочешь посмотреть, куда все это приведет;

б) задаешь провокационные вопросы, сбивающие друга с его версии;

в) выводишь лгуна на чистую воду.

20. Представь, что тебе предстоит заново родиться в образе животного. Какое животное ты предпочла бы?

а) тигра;

б) кошку;

в) медведя.

Вот такой длиннющий тестик. Я думаю, что если ты агрессивная, то от нетерпения уже порвала книжку на мелкие кусочки и выбросила в окно. Если ты все еще читаешь эти строки – терпение в тебе есть, а значит, агрессии не так много.

Агрессия – это эмоция, а с эмоциями бороться не так-то просто. Есть один верный способ – избегать вещей или людей, которые особо достают. Но если с друзьями подобные фокусы проходят, то с учителями не очень. Куда их денешь? Тогда здесь спасет только одно – предупрежден, значит, вооружен. Если ты знаешь о своей, скажем так, «слабости», то когда-нибудь сможешь с ней справляться.

Что у нас там с результатом? Цифры вышли не сложные, со сложением, надеюсь, справилась без калькулятора, и у тебя получилось…

35 баллов и менее. Ты натура нерешительная, вечно сомневающаяся. Агрессия у тебя и не ночевала. А жаль. Агрессия – это проявление собственной эмоции. У тебя же с высказыванием своей эмоции туговато. Все-то ты боишься кого-то обидеть, кого-то задеть. Там промолчишь, здесь недоговоришь. В попытках не обидеть других ты забываешь себя, и не делаешь хорошо ни себе, ни другим. Рецепт в таких делах такой – начни думать о себе. Это не значит, что на других ты должна плевать. Но, отдавая подружке на завтрак свой пирожок, потому что она очень попросила, ты как-то забываешь, что твой желудок тоже не прочь что-нибудь получить. Научиться думать о себе и любить себя тяжело. Но возможно. Не пора ли заняться этим?

36–44 балла. Не сказать, что ты особо агрессивна. Конечно, если тебе на ногу стул падает, ты выругаешься, но первая в драку не полезешь. Ты натура достаточно честолюбивая и самоуверенная. И то и другое качество очень даже полезное. Все у тебя хорошо.

45 и более баллов. Если твой показатель сильно

больше 45 баллов, то о твоей агрессивности знаешь не только ты сама, но и весь класс. Такой характер еще называют «мальчишечий»: чуть что – сразу в драку, минуты на месте усидеть не можешь. Вместо того чтобы обходить вокруг в поисках калитки, ты лезешь через забор. Метнуть в человека что-нибудь тяжелое – обычное для тебя дело. С одной стороны – это неплохо. Отрицательные эмоции не задерживаются в тебе, а значит, нервы твои не очень страдают. Зато страдают окружающие, что тоже не есть хорошо. С такой энергией можно стать лидером, но твоя неуравновешенность не позволяет добиться авторитета и признания со стороны других. Главная беда, которая грозит тебе в ближайшем будущем, – это одиночество. Кому захочется общаться с теми, кто на ровном месте может начать скрежетать зубами и сжимать кулаки? Что с этим делать? Помнить о своих особенностях и пытаться хотя бы время от времени сдерживать себя. Поначалу будет очень тяжело. Дальше пойдет легче.

* * *

Светка искала Таньку Половинкину, а нашла Ленку. Та стояла около школы с двумя портфелями и скучала.

Рюкзак Павлова узнала сразу.

Это был рюкзак Кольки Решеткина.

– Коленьку ждешь? – Павлова не спеша пересекла школьный двор.

Увидев Светку, Лена побледнела.

– Так стою, – осторожно начала она.

– Так стоять около нашей школы нечего, – пошла в наступление Светка. – Катись отсюда!

Лена наклонилась за портфелями, собираясь и правда сбежать, но с места не сдвинулась.

Если свою сумку она взяла легко, то Колькин рюкзак оказался неподъемным.

– Может, тебе помочь?

Пока Лена в растерянности топталась вокруг рюкзака любимого, Павлова поддала ногой Ленкин портфель. Легкая сумочка взлетела в воздух, перевернулась и… открылась.

Ленка ахнула и, забыв о рюкзаке Решеткина, бросилась собирать свои вещи.

– Катись, катись! – Светка одной левой подняла оставшийся без присмотра Колькин рюкзак. – Без тебя воздух свежее будет.

– Отдай! – Светкину руку, держащую рюкзак, сжала чья-то сильная ладонь. – Отпускай, а то пару месяцев в гипсе проходишь.

От звука этого голоса Светка растерялась.

– Коля, – прошептала она, разжимая кулак. – А я… это…

– Иди домой, я сейчас приду, – кивнул Решеткин всхлипывающей Ленке и повернулся к однокласснице. – Если бы ты была не ты, я бы тебе так врезал… – начал он, показывая Светке кулак, сбитый на косточках. – Еще раз рядом с ней увижу, – кивнул он в сторону убежавшей дамы сердца, – в школе появишься не скоро. Поняла?

– Коля, – прошептала Павлова. Ей очень хотелось все объяснить, но нужные слова не находились. – Я же люблю тебя, – зачем-то произнесла она и перестала дышать.

– Иди ты со своей любовью знаешь куда? – Решеткин уже собирался уйти, но вернулся. – Ты на себя со стороны смотрела? Да к тебе близко ни один нормальный человек не подойдет! Короче… тронешь Леночку, разбираться с тобой буду по-своему. Поняла?

Светка машинально кивнула. Но Решеткину не были нужны ее кивки. Он уже уходил, легко неся на плече свой тяжеленный рюкзак.

Итак, агрессия – это повышенная эмоциональность. Чтобы не накидываться на людей и не впадать в крайности, тебе нужно самой себе найти применение. Самая лучшая разрядка – спорт. После тренировки ты почувствуешь долгожданное умиротворение и согласие с окружающей действительностью.

В искусстве тоже нужны твои зашкаливающие эмоции. Одно выступление на сцене заберет у тебя столько сил, что домой ты

будешь идти на полусогнутых.

А вот за что тебе не стоит браться, так это писать стихи или картины. Эти занятия требуют терпения и усидчивости. Чтобы научиться играть на пианино, нужно пять лет каждый день сидеть за инструментом. Боюсь, что такой подвиг тебе не по плечу.

Энергию хорошо расходует любая «громкая деятельность» – пение, выкрикивание текстов, барабанная дробь, попытки переорать ревущий самосвал.

Относительно внешности – реши сама для себя. Если тебя не сильно напрягает, как к тебе относятся одноклассники и особенно парни, то ходи, как хочешь. Только минимальные нормы гигиены не забывай соблюдать – голова и шея должны быть чистыми, одежда аккуратной, запаха пота и грязных ботинок быть не должно. Да и лицо с руками должны быть ухоженными.

Дальше – все на твое усмотрение. Нравится тебе походить на мальчишку или носить на голове зеленый чубчик – носи. Но не сетуй, что парни дружески похлопывают тебя по плечу, и не больше.

Выбирай сама и думай. Если решишь стать девушкой – будь ею.

Пример

В школьные годы, весной и осенью, по утрам я бегала в нашем парке. Силы много, девать ее было некуда, вот и мерила кроссовками глубину луж. В какой-то момент заметила странную особенность: как только надевала треники и кеды, вся женственность из меня улетучивалась. Стоило мне встать на каблуки, как моя женская самоуверенность возвращалась на место. Ту же особенность я замечала, вернувшись из похода. Дотащив до дома тяжелый рюкзак и бросив его в прихожей, я приводила себя в порядок и вновь выходила из подъезда в короткой юбке, легкой кофте и босоножках. И была совершенно другим человеком. Из парня я превращалась в девушку.

* * *

И снова Светка Павлова рыдала, обнявшись со своей заветной скамейкой. Мимо нее шли люди, но никто не спешил

остановиться и спросить, что с ней случилось.

– Что произошло на этот раз?

Над Светкой склонилась Катя.

– Меня не любят, – не поднимая головы, пробулькала Светка.

– Слышали. Дальше. – Баскетболистка, как все спортсмены, была лишена сентиментальности.

– Он сказал, – икая и всхлипывая, заговорила Павлова, – что ко мне близко подойти нельзя.

– Нельзя, – легко согласилась спортсменка.

Светка выпрямилась. Такого от Кати она не ожидала.

– А чего ты хочешь? – Баскетболистка бросила на землю спортивную сумку и упала на скамейку рядом. – Я бы на месте этого парня давно фингал под глазом тебе поставила. Ты ему до смерти надоела, а он почему-то терпит. Да и видок у тебя – мальчишка. Кому это понравится? Когда ты последний раз голову мыла? А джинсы? На какой помойке ты их откопала? Накидываешься на людей почем зря. Сидишь на своей лавочке как сыч, никому прохода не даешь. Сплетни собираешь. Злишься на всех. Постоянно мрачная.

– Я такая, какая есть. – Павлова утерла слезы. – Пускай меня такой и любят.

– Тогда не расстраивайся, что тебя за километр обходят. – Катя поднялась. – Как ты к людям, так и они к тебе.

Баскетболистка подхватила сумку и пошла прочь.

– А что делать? – вскочила Светка.

Катя, прищурившись, посмотрела на опускающееся за ближайшие высотки солнце.

– Сейчас уже поздно. Подходи завтра к трем к спортшколе. Не забудь сменную обувь и что-нибудь спортивное.

– А зачем? – Павлова сделала несколько шагов следом.

– В секцию тебя запишем.

Спорт, спорт и еще раз спорт – вот где ты найдешь применение своей неуемной энергии и мужским замашкам.

МУЖСКОЙ ТИП ПОВЕДЕНИЯ девушку никогда не красил. Чтобы определить, **как много в твоем характере мужских черт**, проведем небольшой тест. Отвечай на вопросы, а потом проверим, к кому твои ответы близки.

1. Когда ты ешь конфету, ты ее сразу кладешь в рот или прежде надкусываешь, чтобы узнать, какая у нее начинка?

2. Если ты окажешься в ресторане, то закажешь что-нибудь необычное или выберешь привычное блюдо?

3. В магазин ты идешь покупать что-то конкретное или выбираешь одежду по ходу?

4. Попав в незнакомую часть города, ты спросишь дорогу или будешь плутать, пока не выйдешь к указателю?

5. Звенит звонок с урока. Ты сразу срываешься с места или сначала собираешься, складываешь учебники и тетрадки и только потом встаешь?

Теперь посмотрим, как бы поступили в этих ситуациях «типичные» мужчина и женщина.

1. Женщина скорее надкусит конфету, чтобы посмотреть, что внутри. Мужчину такие мелочи не волнуют: сладкое – оно и есть сладкое.

2. Мужчины более консервативны. Им подавай кусок мяса и какой-нибудь гарнир. Женщина же любит что-нибудь новенькое, поэтому именно она закажет необычное блюдо.

3. Женщина обычно принимает решение на месте. Мужчина заранее знает, что хочет купить. Именно этим объясняется то, что женщины долго бродят по магазину, а мужчина покупает сразу.

4. Женщина скорее спросит, как пройти, чем будет бродить по незнакомой местности. Мужчины обычно самоуверенны, они не допускают мысли, что могут заблудиться.

5. Первыми с мест сорвутся мальчишки. Звонок скорее сигнал им, чем девочкам. Девочки не сразу переключатся с урока на отдых. Для этого им нужно будет еще несколько секунд посидеть, собраться мыслями и вещами и только потом встать.

Ты чаще поступаешь, как истинная женщина? Значит, особых проблем в поведении у тебя нет. Если же твоя манера поведения скорее мужская, чем женская, то у тебя появился лишний повод для раздумий.

Теперь понятно, почему на тебя порой смотрят как-то не так? Тебе все равно? Продолжай жить дальше. Задевает? Учись быть женщиной. Будь немного кокеткой, чаще улыбайся, больше играй.

Понаблюдай за теми, кого ты считаешь авторитетом в этой области, за кем больше всех ухлестывают мальчишки. Перенимать надо не манеру одеваться, говорить и ходить, а мелкие жесты, взгляды, улыбку. Все то, что придаст тебе очарования.

Чтобы не копировать внаглую прямо на уроке, тренируйся перед зеркалом. Разыгрывай моноспектакли у себя дома. Хорошо отрепетированный жест на практике удается гораздо легче.

Что тебя еще не красит?

СПЛЕТНИЧЕСТВО И ПОДСЛУШИВАНИЕ.

Ох, уж эта сладость обладания чужой тайной, прелесть быть первой из осведомленных.

Старый принцип гласит «Кто владеет информацией, тот владеет миром».

Но это не о тебе и не сейчас. Информация нужна разведчикам, биржевым клеркам, банкирам, работникам новостных радио– и телепередач. Кому еще? Вроде все. Остальные информацию получают постольку-поскольку, чтобы быть в курсе.

Если же ты стремишься быть в гуще событий, первой узнавать обо всем, то вряд ли у тебя в классе добрая слава. Да и принцип «сломанного телефона» слишком часто срабатывает.

Играла в детстве в игру «Сломанный телефон»? Все садятся в ряд. Первый на ухо соседу быстро говорит какое-нибудь слово. Сосед передает его дальше. Так слово путешествует от игрока к игроку. Последний вслух произносит услышанное. Обычно ему достается что-то нечленораздельное.

Так и со слухами. Кто-то что-то слышал, где-то с кем-то произошло. Тебе передали через третьи руки. С такой информацией ты будешь выглядеть полным посмешищем.

Уже попадала в такие ситуации? Хочешь повторить?

Как же быть, если очень хочется узнать, подслушать и передать дальше?

Терпеть. Сорока на хвосте принесла? Пускай и летит эта сорока дальше. Представь, что это страшная военная тайна и ее никому нельзя раскрывать. А если уж невмоготу, встань в угол и по секрету скажи сама себе. Здоровее будешь.

Пример

Не помню, у какого писателя есть такой милый детский рассказ. Мама пошла учиться на курсы повышения квалификации и за первый же зачет получила тройку. Вечером рассказала об этом мужу, а дети подслушали. Старший брат строго-настрого запретил младшему об этом рассказывать во дворе. А рассказать очень хотелось. Младший терпел-терпел, пару раз чуть не проговорился, а к вечеру у него от напряжения поднялась температура. И уже ночью маме он выдал страшную тайну, что она троечница. К утру младший брат был здоров.

Ты же не маленький ребенок и не хочешь в глазах

одноклассников выглядеть посмешищем?

Плохо говорить о ком-то – значит позволять другим так же о себе отзываться. Добрые люди обязательно донесут эти нелестные о тебе отзывы. Будет очень неприятно.

Ты их хочешь услышать?

Тогда делай работу над ошибками.

Некрасиво, когда девушки ЗАПАДАЮТ НА «ЗВЕЗДОЧКИ», обращают внимание только на обеспеченных и перспективных.

«Звездочки» в данном случае – это генеральские погоны. Кто заметит лейтенанта? Генерал – другое дело. Но… Чтобы оказаться замужем за генералом, надо выйти замуж за лейтенанта и поездить с ним по гарнизонам. И может быть, лет через десять-пятнадцать лишений и неудобств ты окажешься женой «генерала». Заметим, что генералы бывают от любой деятельности: юристы, артисты, повара и так далее. К успеху идут с нуля, сразу великим артистом и шеф-поваром никто не рождается.

Чужая известность, чужие деньги и чужая красота вещь шаткая. Сегодня ты знаменит, а завтра о тебе все забыли. Сегодня его родители послы в Индии, а завтра работают на заводе. И ты мечешься от одного к другому.

Лишь бы не упустить, лишь бы не обмануться.

И как выглядишь со стороны?

Правильно. Жалко.

Когда за чужой счет, оно всегда вызывает жалость. Неискренность видна из любого угла.

Что делать?

Быть самой собой. Не лениться и самой становиться интересной личностью. Не быть одной из тысячи. Не противопоставлять себя другим, а стоять рядом.

Это тяжело.

Но результат того стоит.

* * *

– А Нинель Петровна… – снова раздалось из-за Светкиной спины.

– Тебе не надоело?

На этот раз Павлова оказалась быстрее. Половинкина даже мигнуть не успела, как Светка ухватила ее за куртку.

– Что там еще? – с угрозой в голосе начала она.

Танька зажмурилась и втянула голову в плечи, ожидая, что ее

сейчас будут бить.

Павлова посмотрела на маленькое сморщенное личико, и ей стало жалко несчастную худенькую Половинкину.

– Живи, – оттолкнула она ее, чувствуя себя невероятно гордой оттого, что смогла сдержаться и не пустила в ход руки.

Танька шустро отскочила в сторону и улыбнулась во все свои двадцать восемь щербатых зубов.

– А Нинель Петровна в отпуск ушла, – крикнула она издалека. – У нее на Украине какой-то родственник заболел, она сегодня уезжает. Завтра у вас первого урока не будет.

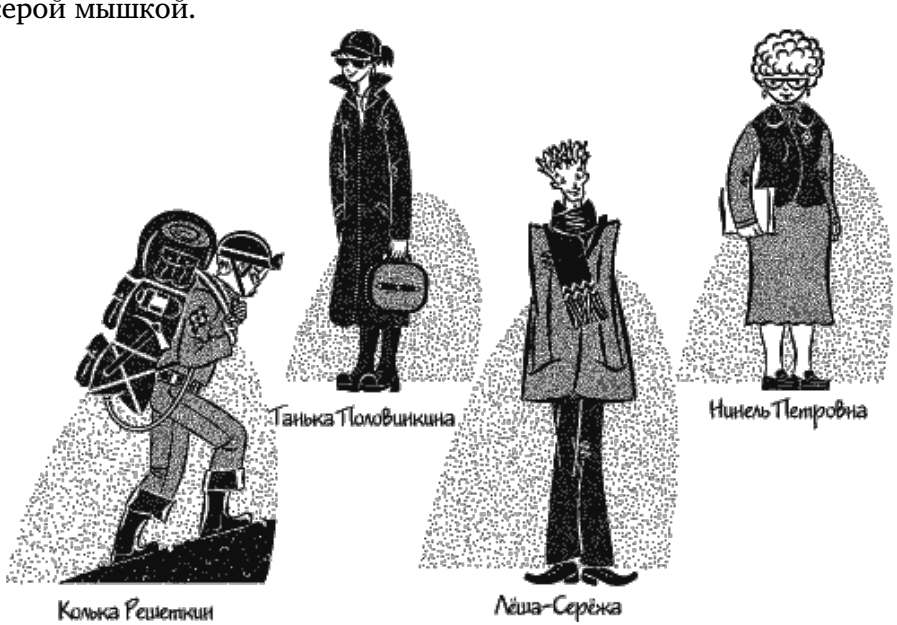
– Откуда ты только все это берешь, – скривилась Светка.

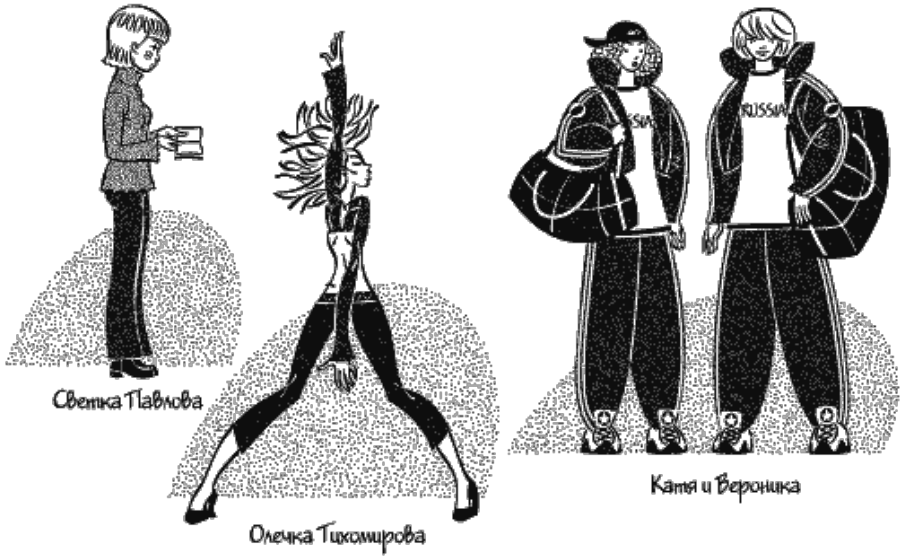
– Завуч просила всем передать.

И фиолетовая куртка скрылась за кустами.

На этом я со своими героями расстанусь. У Светки Павловой впереди еще много работы. Целый год она потратит на метания, поиски себя и цели в жизни.

Олечка Тихомирова станет стремительно меняться, к концу пятого класса никто уже не вспомнит, что когда-то она была серой мышкой.





Веронику с Катей возьмут в сборную, и они уедут из этого микрорайона вместе со спортивной школой.

Колька еще два года будет таскать за Ленкой портфель, а потом запишется в клуб спелеологов и ему станет не до любви.

Танька Половинкина пойдет учиться в Высшую школу милиции, внезапно уедет, и во дворе будут все поговаривать, что теперь она выполняет страшно секретное задание за границей.

Леша-Сережа останется самым преданным Олечкиным поклонником. Когда Тихомирова поступит в мединститут, он пойдет в театральный и возьмет себе псевдоним – Леша-Сережа. И вскоре все действительно забудут его настоящее имя.

А Нинель Петровна еще много-много лет будет преподавать в своей школе физику, с улыбкой вспоминать каждый свой выпуск. И Светку Павлову в том числе.

Что же, осталось дать только какой-нибудь умный совет. Раз мы говорим о плохих привычках, ими и закончим.

7 правил, как сделать так, чтобы твой парень убежал от тебя:

1. Побольше к нему придирайся. Одет не так, цветы пахнут неправильно, торт несвежий, он сам улыбнулся не слишком широко и не сказал триста пятьдесят седьмой раз, что любит тебя! Да, кстати, в том, что выпал снег, внезапно ударили морозы или лед на катке неровный, тоже виноват твой парень. Должна же ты на ком-то вымещать свое плохое настроение!

2. Начинай его резко переделывать. Твой парень любит футбол? Ни в коем случае! Пойдет с тобой на концерт – и точка. Никаких встреч с друзьями, никаких посторонних мыслей. Будет

читать женские романы, смотреть новый бразильский сериал. Вместо джинсовки и футболки наденет смокинг и «бабочку». И обязательно пусть ходит с тобой на девчачьи посиделки, чтобы все видели, какой он у тебя замечательный и дрессированный.

3. На все его признания в любви складывай губки бантиком, морщи носик и делай вид, что тебе неприятно все это слышать. Не благодари ни за один подарок. Демонстративно выбрасывай принесенные цветы в окно. Он к тебе в гости, а ты: «Я спать хочу». Он зовет тебя в кино, а ты: «Голова болит». Пусть терпением докажет свою верность. Годы ухаживания укрепляют в чувствах.

4. Критикуй любую мысль своего парня. Он хвалит последний футбольный матч, а ты в ответ: «Безобразней игры в жизни не видела». Он говорит, что «Звездные войны» первоклассный фильм, а ты охай, ухай и всячески показывай, какая это гадость. Разбери по косточкам каждый его шаг, фырчи в адрес друзей. Ты и только ты глаголишь истину.

5. Никогда не оказывай ему знаки внимания, ничего не дари и не преподноси забавные презентики. Ухаживать – мужская привилегия.

6. Не пытайся поднять ему настроение добрым словом или свежим анекдотом. Что за парень, который сам не может справиться с небольшими трудностями? Срывай на нем свое раздражение, перекладывай на его плечи все свои горести и печали, заставляй решать проблемы, требуй помощи каждые пять минут. Ты не скажешь своему любимому ни одного ласкового слова, у вас не будет смешных прозвищ или других кодовых присказок. К чему все эти телячьи нежности? Вы взрослые люди! Побольше сдержанности!

7. Ты никогда не прочтешь ни одной полезной книги об отношениях между мужчиной и женщиной, не послушаешь совета мамы и не обсудишь возникших проблем с подругой. Ты не станешь задерживаться на мелких неприятностях, а будешь упорно идти вперед. Твой парень говорит, что получается у вас не совсем так, как хотелось бы? Глупости! Дорогу осилит идущий! В путь! В путь! Рога трубят! Ты не совершаешь ошибок. Ошибки совершают другие!

Сделай так, и через пять минут окажешься одна, а вокруг тебя будет ледяная пустыня.

Тебе этого не хочется?

Тогда переверни эти мои советы в другую сторону и помни, каждый человек уникален, к каждому нужен свой подход. То, что у тебя проходило с Васей, с Петей не пойдет. Да и Пете не стоит знать о ваших отношениях с Васей.

Перевернуть получилось? Если нет, помогу.

Вот советы, как сохранить отношения: не придирайся, не критикуй, не пытайся переделывать парня, выражай свою искреннюю признательность за малейшие знаки внимания, сама оказывай эти знаки, замечай его настроения и прочитай хотя бы одну книжку о тонкостях отношений между мужчиной и женщиной. Кстати, книга, что ты держишь в руках, очень даже подойдет.

Эпилог
Никогда не отчаивайся – и все будет хорошо

Чего стоит бояться в этой жизни, а что не так уж и страшно. Об азартных играх и безответной любви, о нерешительности и неудачах.

Пример

Мы прощались около школы. Было уже семь утра, по улице грохотал трамвай. Мы щурились от яркого солнца, пряча свои воспаленные от бессонной ночи глаза.

Мы не прощались со школой. Это всего лишь здание, мимо которого мы пройдем не раз и не два.

Мы не прощались с учителями, у которых таких, как мы, будет еще не одна сотня.

Мы прощались друг с другом.

Перед этим всю ночь мы носились по этажам, пели песни, танцевали, писали пожелания в альбомы, вылетали на улицу, чтобы глотнуть ночной прохлады, и ныряли обратно в свой праздник. Кто-то втихаря пил в туалете, мальчишки бегали курить на пятый этаж в учительскую курилку.

Мы клялись, что обязательно встретимся вновь.

Но мы не встретились. И даже на улице не пересекались, хотя жили в одном квартале. Нас всех затянула жизнь, к которой мы в тот момент были еще не готовы.

К жизни нельзя подготовиться.

В одной умной книжке я с удивлением прочитала такое разделение.

Подростковый возраст 12–14 лет, он представляет начальный шаг на пути перехода от детства к взрослости.

После четырнадцати идет *юность. Ранние юношеские годы* – последние школьные классы, *средний юношеский возраст* – первые годы по окончании школы до 22–23 лет и *старший юношеский*

возраст от 23 до 30.

И только потом начинается *взрослая жизнь*.

Так считают психологи. А им, конечно же, видней.

Выходит, что от фразы «Ты большая» можно открещиваться еще лет пятнадцать.

Лишь от самой жизни откреститься не получится. Она будет тебя поджидать за каждым углом. Когда ты пойдешь в магазин, когда отправишься на дискотеку, когда побежишь через улицу.

Почему-то жизнь любит подбрасывать больше нехороших событий и проблем, когда ты их не ждешь.

Можно пересмотреть все американские фильмы про террористов и все равно не знать, как себя вести в момент захвата здания или самолета. Можно рыдать над судьбой героев фильма «Титаник», а, перевернувшись в лодке, совершить все мыслимые и немыслимые ошибки, которые были наглядно показаны в этом фильме.

Опасность предвидеть нельзя, ее можно попробовать избежать. И никогда не надо бояться встретить на пути беду. Если ей надо будет, она тебя найдет. Не стоит открывать беде двери мыслями о ее приходе.

Если посмотреть на жизнь твоих родителей, то вся она состоит из стрессов. Тебя впереди ждет то же самое. В транспорте могут обокрасть, в магазине обмануть, на улице велика вероятность упасть. Я не говорю уже про машины и самолеты, которые постоянно разбиваются.

И что теперь? Не выходить из дома? Но и здесь тебя подстерегают «враги» – лень, мелкие неудачи и полтергейст. Про газ и воду я молчу.

Больше не буду пугать, скажу, что не так все страшно. Люди спокойно доживают до ста лет, не встретившись ни с пожаром, ни с наводнением, ни с карманными кражами.

Что может попасться лично тебе?

Пример

В школе на уроках гражданской обороны на вопрос: «Что делать, если рядом с тобой произошел ядерный взрыв?» – мы шутили: «Накрываться простыней и ползти в сторону… ближайшего кладбища. Занимать место».

Из самых страшных бед нам постоянно обещают КОНЕЦ СВЕТА.

Стоит ли его бояться? Вряд ли.

Один мудрец говорил о смерти: «Что ее бояться? Пока я живу, смерти нет. Когда я умру, меня не будет». Поэтому конца света бояться не стоит. Нужно только помнить, что какую бы стопроцентную гарантию тебе ни давали, не поддавайся панике. Не расставайся в честь такого праздника со своими деньгами и местом жительства.

И в любой ситуации старайся смотреть на мир с юмором. Потому что, во-первых, из достоверных источников известно, что конец света уже состоялся, а во-вторых, с днем конца света определиться тяжело, когда в Москве только-только начинается вечер, в Петропавловске-Камчатском уже утро следующего дня.

Можно бояться глобальных НЕУДАЧ.

Если ты действительно боишься, что тебе ничего не будет удаваться, то народные поговорки придумали именно для тебя – «Нет худа без добра», «Не было бы счастья, да несчастье помогло», «Не ошибается тот, кто ничего не делает», «За одного битого двух небитых дают».

Чаще всего ты боишься не неудач, а неизвестности.

Пойду поступать в институт… А вдруг на меня косо посмотрят, экзаменатор спросит что-то такое, чего я не знаю? А еще ведь ничего не произошло. Перед тобой только стоит задача, пойти, посмотреть, где институт находится, какие экзамены сдавать.

Любая проблема легче решается, если ты составляешь расписание – когда делать уроки, когда гулять, когда спать ложиться. График защищает человека от любых неожиданностей.

Еще можно записывать свои самые большие промахи в тетрадку.

Озаглавить, например, так: «Мои глупости».

Как только ты свои жизненные промахи запишешь на бумагу, они уйдут из твоей головы, потому что теперь хранить их будет записная книжка.

Не паникуй! 90 % людей гибнет во время экстремальных ситуаций, потому что начинают суетиться и бегать туда-сюда. Остановись и оцени ситуацию, найди путь спасения. Если ты не будешь заламывать руки и стенать, то проявишь свою самую сильную сторону – самообладание. А там и до умных мыслей дело дойдет.

Разложи одну большую проблему на несколько маленьких. Это можно делать с любым вопросом – с любовью, с учебой, с работой, со спортом.

Ты хочешь покорить Макса? Для этого нужно сделать

несколько шагов: а) заняться собой, б) получше узнать о Максе, в) изучить предмет, который Макса больше всего интересует, г) заинтриговать Макса собой, д) сделать так, чтобы Макс почувствовал потребность в тебе.

Вон сколько дел!

Задача покорения Макса тебе пока не под силу. А вот каждый в отдельности шаг ты осилить можешь. И уже не так страшно браться за дело.

Если же ты уперлась в глухую стену, то остановись и подумай. Очень легко объявить себя неудачником в том деле, которое осилить не можешь. Например, ты не умеешь играть в шахматы и вечно проигрываешь. Какая же это неудача? Вполне закономерное явление. Ты сначала разберись, какие фигуры как ходят, а потом садись за доску. Или берись за игру, доступную для тебя.

Если тебя посетила черная полоса, то не оставайся в этом мрачном настроении одна. Иди к подругам, иди на любую тусовку, концерт, дискотеку. При этом не обязательно всем говорить о своих проблемах. Отдохни. Может, обидевшись, что их бросили, твои беды сами от тебя уйдут?

Не бывает хронических неудачников. Кого таковыми считают, просто больше обращают внимание на свои промахи, чем на победы. Из скромности лишний раз о себе не заикаются, из волнения стараются быть незаметными.

ЗАСТЕНЧИВОСТЬ – еще одна несовместимая с жизнью беда.

Особенно сейчас ты очень застенчива и робка. Если застенчивость останется с тобой надолго, то ты рискуешь не найти интересной для себя работы, станешь мало зарабатывать, будешь труднее переживать жизненные неурядицы. Для тебя любой выход из дома станет стрессовой ситуацией, потому что там, за порогом, тебя будут поджидать сплошные неожиданности и неприятности.

Застенчивость не уйдет самостоятельно. Ей у тебя нравится, поэтому эту подругу придется гнать. Долго и тяжело. Она еще упираться будет, не захочет так легко сдавать свои позиции.

Для победы надо разработать **сложный план по выдавливанию из себя застенчивости по капле.**

1. Встань перед зеркалом и мысленно опиши все свои недостатки – не любишь новые компании, не можешь заговорить с незнакомым взрослым, боишься спросить время у прохожих, не в силах выяснить, как пройти, например, к аптеке, не мешало бы сходить к стоматологу, сбросить пару лишних килограммов.

Вспомни свои хорошие черты – я добрая, я всегда приду на помощь, я хорошо умею решать тригонометрические задачи, у

меня хорошая память (легко выучила наизусть большой отрывок из «Евгения Онегина»), я хорошо рисую, у меня красивый голос.

Тебе надо закрепить в твоем мысленном образе положительные качества.

2. Застенчивость может быть результатом того, что тебя маловато любили в детстве. Изменить это уже нельзя. Зато можно сейчас полюбить себя. Хвали за малейшие достижения, делай себе маленькие подарки, доставляй удовольствие.

3. Выходи навстречу своим проблемам. Боишься говорить с незнакомыми людьми – специально приди на остановку и спрашивай у всех, куда идет этот автобус, или у каждого встречного интересуйся, сколько времени. Причем делать это нужно не тогда, когда тебе действительно надо это время знать, а просто так. Для тренировки. Когда надобность такая возникнет, ты уже не будешь стесняться задавать вопросы. Или приди в булочную и начни выяснять, свежий ли на прилавке хлеб, из чего он сделан и какой полезней. Представь, что это основное задание для приема в школу разведчиц. Выяснишь – примут.

4. Расширение круга общения здорово помогает при застенчивости – иди на курсы, в секции, кружки. Если ты теряешься при большом скоплении народа – иди одна в театр, на концерт. Не пугайся, если с тобой заговорят. Поддержи беседу.

5. Репетируй свой выход. Даже известные ораторы тренировались перед выходом к толпе. Вставали на берегу моря и, перекрикивая шум волны, проговаривали свою речь. Говорят, что даже море, внимая особо красноречивым словам, успокаивалось.

6. Наблюдай за любимцами класса и публики. Спроси у подруги, как она это делает. Перейми пару жестов у известного актера, подбери его фирменные словечки. Когда натренируешься, сможешь от всего этого избавиться.

7. Как в арифметике есть свои правила, так и в общении есть свои законы. Об этом я уже говорила в Эпизоде Первом и Девятом. Но могу и повторить.

При встрече всегда здоровайся.

Улыбайся.

При разговоре наклоняйся к собеседнику.

Кивай в знак того, что слушаешь и понимаешь сказанное.

Смотри либо в лицо собеседнику, либо в его сторону, иначе он может подумать, что тебе неинтересно.

Не скрещивай руки, ноги, не закрывай лицо, не прячь глаза – эти жесты воспринимаются как попытка закрыться от собеседника.

Если хочешь, чтобы беседа завязалась, задавай вопросы, на

которые требуется не односложный ответ. То есть вопрос должен начинаться со слов – «почему», «как», «что».

Запоминай имя собеседника! Если забыла, не бойся переспрашивать. Чтобы легче запомнить, все время обращайся в человеку по имени, ему будет приятно.

8. Считается, что от скромности спасают прикосновения. Это легче всего «лечится» во время игры в жмурки или салочки, в вышибалы и «кучу-малу». Подойдет любая подвижная игра.

9. Часто застенчивость прячется за показной агрессивностью или иронией. Теряющийся в незнакомой обстановке человек начинает вести себя вызывающе. Иногда это происходит при появлении новенького в классе. Новенький волнуется и начинает вести себя нагло. Это отпугивает от него одноклассников или создает ему дурную славу.

10. Запасись терпением. Если ты решила побороть свою застенчивость, то тебе придется работать над собой не год и не два. Но и не перестарайся. Застенчивость – природный дар. Если ты начнешь ломать себя, это приведет к нервному срыву, а не к долгожданной раскованности в общении.

Одним из пунктов программы по борьбе с застенчивостью был – хвалить себя. Сейчас у тебя появится повод это сделать. Я предложу тебе пару тестов по оценке твоих познавательных способностей. Здесь тебе точно потребуется подруга. Кто-то должен контролировать тебя при выполнении тестов, засекать время и замечать ошибки. Заодно потом сравните результаты.

Сразу хочу предупредить, я даю усеченные варианты тестов. Настоящие тесты в два, а то и в три-четыре раза длиннее, и с бухты-барахты решать их тяжело. Захочется, ищи полные версии в библиотеке или в книжном магазине.

И еще одно условие. Тесты ты должна выполнять в спокойной обстановке (а не на уроке и не на перемене). Желательно, чтобы тебя никто не отвлекал и ты не была сильно уставшая. Утро воскресенья подойдет как нельзя лучше.

Тест на логику

Тебе даны 10 задач. Решить их надо в уме за пять минут. Нужно определить, какая величина больше или меньше другой и поставить знаки «>» или «<». Ошибки не допускаются и не прощаются. В ответы не подглядывать! По истечении 5 минут эксперимент завершается, даже если ты и не успела что-то дорешать.

1. А больше Б в 6 раз
Б меньше В в 7 раз
В А

2. А меньше Б в 10 раз
Б больше В в 6 раз
А В

3. А больше Б в 3 раза
Б меньше В в 6 раз
В А

4. А больше Б в 3 раза
Б меньше В в 5 раз
А В

5. А меньше Б в 3 раза
Б больше В в 5 раз
В А

6. А больше Б в 9 раз
Б меньше В в 12 раз
В А

7. А больше Б в 9 раза
Б меньше В в 4 раза
В А

8. А меньше Б в 3 раза
Б больше В в 7 раз
А В

9. А меньше Б в 5 раз
Б больше В в 6 раз
В А

10. А меньше Б в 2 раза
Б больше В в 8 раз
А В

Правильные ответы я тебе дам чуть позже, чтобы не было искушения на этой же странице подглядеть и стать в собственных глазах вундеркиндом.

Если ты пока не устала (напоминаю, что тесты эти можно выполнять только в отдохнувшем состоянии и в хорошем настроении), то продолжим изучать твои способности.

Малая часть теста Айзенка на проверку лингвистических способностей.

Перед тобой одиннадцать заданий. Идут они по мере усложнения. Если какую-то задачу ты решить не можешь, то пропусти ее и решай дальше, потом к ней вернешься. Все задания ты должна решить за 7 минут. Если время вышло, работа прекращается.

Информация

Ганс Юрген Айзенк – чрезвычайно умный человек, работал в области психологии и разработал много методик и тестов.

1. Вставьте вместо точек слово, состоящее из трех букв

(количество точек говорит о количестве букв), которое означало бы то же самое, что и слова, стоящие вне скобок:

ТКАНЬ (…) СОСТОЯНИЕ ВЕЩЕСТВА

2. Вставьте слово (судя по количеству точек, букв в слове должно быть три), которое служило бы окончанием первого слова и одновременно началом второго слова:

ГО(…)КОТ

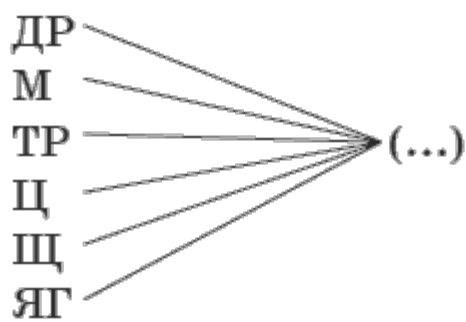
3. Реши анаграмму и исключи лишнее по смыслу слово.

Информация

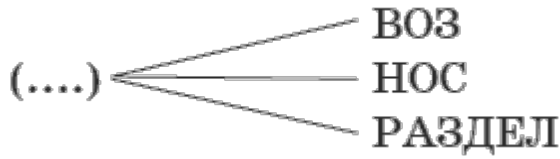
Анаграмма – это слово, в котором буквы переставлены. Решить анаграмму, значит, из предложенных букв собрать слово обратно.

КОХЙЕК
СНИНЕТ
ОЖИВТ
ЛУФОБТ

4. Найди общее окончание для всех перечисленных наборов букв, чтобы в результате прибавления букв (здесь их три) везде получались осмысленные слова:



5. Найди общее начало для трех следующих слов:



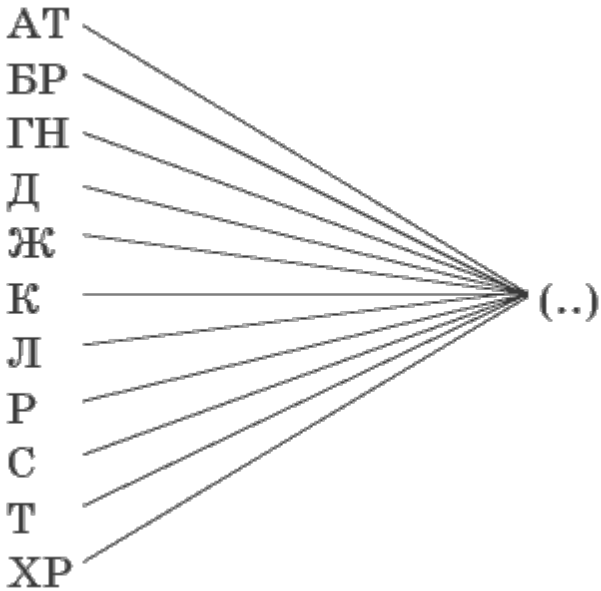
6. Найди слово, которое означало бы то же самое, что и слова, стоящие вне скобок:

БИТВА (…..) РУГАНЬ

7. Исключи лишнее слово:

АПНИСЕЛЬ
ЯШВИН
ТАСУПАК
АКАЧКБО
ШУРГА

8. Найди общее окончание всех перечисленных слов:



9. Вставь слово, которое служило бы окончанием первого слова и началом второго:

СА (…) ОН

10. Исключи лишнее слово:

ЗОАК
РЕОББ
СФОМАРЕ
ШАДОЛЬ

11. Вставь слово, которое означало бы то же, что и слова, стоящие вне скобок:

КОСТОЧКА ПАЛЬЦА (…….) ПАУКООБРАЗНОЕ

Силы еще не на исходе? Азарт проснулся? Тогда самое время проверить, как у тебя с математикой.

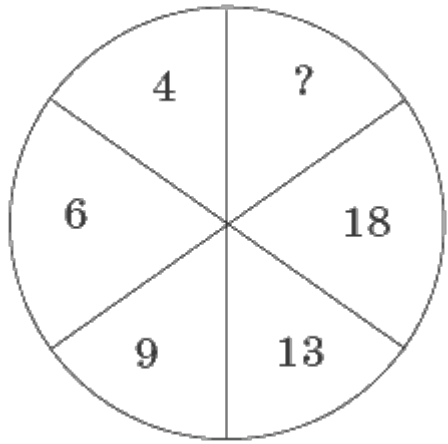
Числовой тест Айзенка.

Перед тобой десять заданий, которые нужно решить за 7 минут. По порядку идти не обязательно. Тест не на время выполнения, а на правильность. Предупреждаю – к концу задания будут усложняться.

1. Продолжи числовой ряд, вместо знака «?» вставь соответствующее число:

18 20 24 32?

2. Вставь недостающее число:



3. Продолжи числовой ряд:

212 179 146 113?

4. Вставь пропущенное число:

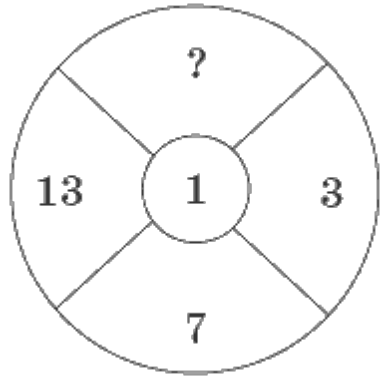
17 (112) 39

28 (?) 49

5. Вставь пропущенное число:

4 8 6
6 2 4
8 6?

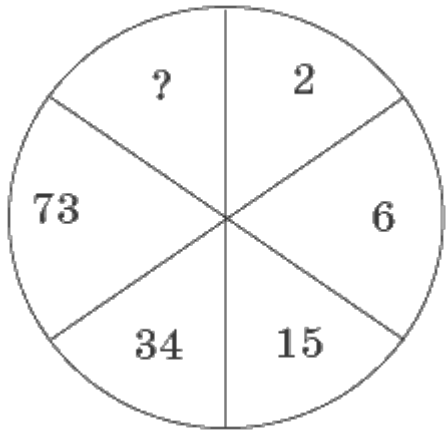
6. Вставь пропущенное число:



7. Продолжи числовой ряд:

1 3 2? 3 7

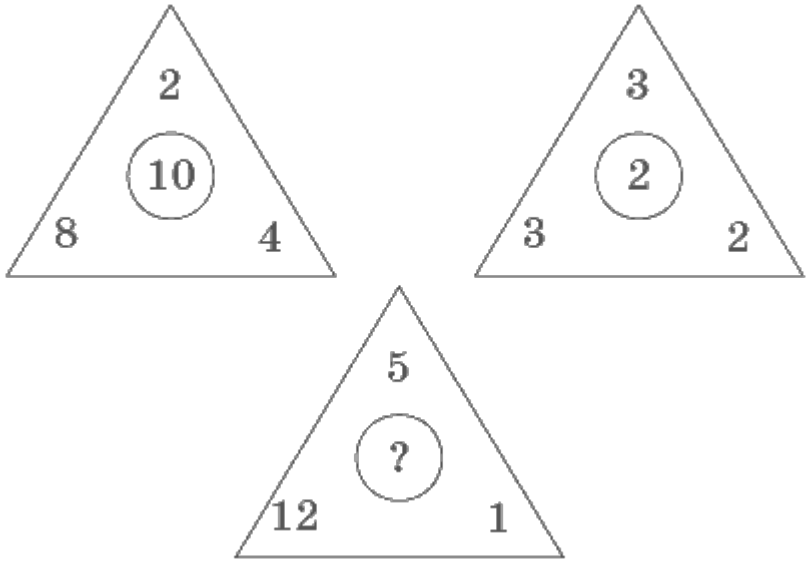
8. Вставь недостающее число:



9. Продолжи числовой ряд:

7 19 37 61?

10. Вставь пропущенное число:



Слышу, слышу, все слышу. Заставила я тебя пошевелить мозгами. А задачки не такие уж и сложные. Но пойдем по порядку. Вот тебе долгожданные *правильные* ответы.

Ответы на тест на логику.

За каждую правильно решенную задачу ты получаешь 1 балл. Всего у тебя может набраться 10 баллов.

1. В > А. 2. А > В. 3. В > А. 4. А > В. 5. А > В. 6. В > А.
7. А > В. 8. А > В. 9. В > А. 10. А > В.

Выводы об уровне развития:

10 баллов – очень высокий.

8—9 баллов – высокий.

4—7 – средний.

2—3 – низкий.

0—1 – очень низкий.

Ответы на словесный тест Айзенка.

1. ГАЗ.

2. БОЙ.

3. ЖИВОТ. Все остальные слова обозначали спортивные игры: хоккей, теннис, футбол.

4. ЕЛЬ.

5. ВОДО.

6. БРАНЬ.

7. ВИШНЯ. Все остальные слова обозначают средства связи: почта, телеграф, радио.

8. ОМ.

9. РАЙ.

10. СЕМАФОР. Остальные слова обозначают животных: коза, бобер, лошадь.

11. ФАЛАНГА.

В идеале ты должна *правильно* решить одну задачу. Тогда ты укладываешься в норму.

2—3 решенные задачи выше среднего.

Больше 4 высокий показатель.

Сама понимаешь, ни одной решенной задачи – низкий уровень.

Ответы на числовой тест Айзенка.

1. 48. К каждому числу прибавлять 2 в геометрической прогрессии: 2, 4, 8, и, наконец, 16.

2. 24. Числа постепенно возрастают на 2, 3, 4, 5, 6 по направлению против часовой стрелки.

3. 80. Из каждого числа вычитаем 33.

4. 154. Это удвоенная сумма чисел, стоящих вне скобок.

5. 7. Числа в третьей колонке равны полусумме чисел в первой и второй колонках.

6. 21. Числа возрастают на 2, 4, 6, 8.

7. 5. Имеются два чередующихся ряда чисел. В первом ряду числа увеличиваются на 2. Во втором ряду числа уменьшаются на 1.

8. 152. Если двигаться по часовой стрелке, то каждое последующее число будет равно удвоенному предыдущему плюс 2, 3, 4, 5, 6.

9. 91. В приведенном ряду разность между каждым последующим числом и предыдущим возрастает на 6 и составляет соответственно 12, 18, 24, 30.

10. 6. Число внутри кружка равна сумме чисел внутри углов треугольника минус числа, стоящие вне треугольника.

Подведение итогов

3 решенные задачи – норма.

4–5 – выше среднего.

Больше 5 – высокий уровень.

Меньше трех – низкий уровень.

Как там у нас самооценкой? Стало получше? Появился лишний повод себя похвалить и погладить по головке? Можешь наградить себя конфеткой, я разрешаю, а пока мы побежим

дальше по извилистой дорожке жизни.

Что тебя еще поджидает? АЗАРТНЫЕ ИГРЫ.

Если ты считаешь, что в азартные игры играют только в казино или на игровых аппаратах, то ты ошибаешься.

Любая игра на деньги – азартна. Чаще под этой игрой подразумевается банальное мошенничество.

Идешь ты по улице, например, в магазин купить новый плеер. Вся такая в мечтах о том, как тебе будут завидовать, как ты с ним в школу заявишься. Идешь ты, идешь, поглаживая карман с заветной суммой, которую ты либо заработала, либо выпросила у мамы, либо она на тебя свалилась, как манна небесная.

И вдруг перед тобой возникают двое. В сказке про Буратино это были Кот и Лиса. А у нас будут шустрый паренек и невинная девушка, которые попросят тебя помочь. Мол, они тут

выигрывают, и им нужен напарник.

Ты соглашаешься, к тому же денег с тебя не просят. Неожиданно в выигрыше оказываешься ты, но для полного счастья, чтобы ты получила свои выигранные деньги, нужно доложить собственную тысячу.

Ты кладешь. А как же? Ведь верный выигрыш! К этому моменту шустрый паренек с девушкой исчезают – они свою роль выполнили. А на их месте уже стоит эмоциональная тетка, ахающая и причитающая, что такой молодой, как ты, и такое счастье. Через минуту ты оказываешься проигравшей – без мифического выигрыша и без своей кровной тысячи. Ни паренька с девушкой, ни тетки. Перед тобой здоровый амбал, с которым лучше не связываться. И бредешь ты теперь не в сторону магазина, а домой, глотая сопли и слезы.

Это еще удачно отделалась, могли бы и долг на тебя повесить. Пришлось бы побегать да повыкручиваться.

Совет один – никогда ни на что не соглашайся. Ни одно казино, ни одна рулетка не работают себе в ущерб. Они постоянно в прибыли. А миллионные выигрыши – это сказка для лохов и для любителей фильмов.

Особенно хочется испытать судьбу, когда все плохо, денег нет и не предвидится. Играть в такие моменты себе хуже – денег нет и не появятся, еще и взятые в долг проиграешь. Кругом сплошные расстройства.

Пример

Я знаю пару студентов МАИ, которые практиковали на полном безденежье игру в рулетку. Когда до стипендии оставалось один-два дня, денег не было совсем, несколько студентов скидывались и на собранные деньги посылали Диму играть в рулетку в ближайшем казино. Играл он по мелочи, на красное-черное или на чет-нечет. Чаще всего выигрывал. Тогда студенты пировали. Но бывало, и проигрывал. Тогда с Димой неделю никто не разговаривал.

Можно проверять судьбу и все время на что-нибудь спорить. Получится, как в анекдоте про инопланетянина.

Как вы считаете, какова вероятность того, что вы встретите инопланетянина? 1 к 8 145 060. Или пятьдесят на пятьдесят. Либо встретишь, либо нет.

В тонкостях спора совет не дашь. Либо повезет, либо нет. Но

если уж не повезет, то виноваты не господь бог и судьба, а ты сама. Для более вдумчивого разбора этого вопроса советую прочитать «Игрок» Достоевского и «Игроки» Гоголя.

Самая же большая беда, которая тебя впереди ждет – это БЕЗОТВЕТНАЯ ЛЮБОВЬ. Это бедствие можно приравнять к цунами, шторму или внезапно налетевшему торнадо. Относится к категории экстремальных ситуаций.

О том, что любовь редко бывает счастливой, а если и бывает, то не долго, мы уже говорили. От любви спрятаться нельзя. Даже если ты запрешься в четырех стенах, любовь просочится к тебе через щелочку и в положенный срок завоюет твое сердце. Об этом стоит почитать в пьесе Александра Островского «Снегурочка».

И вот она тебя посещает. Яркая, захватывающая.

Почему ты выбираешь именно ЕГО? Он и такой, и сякой, и вообще никакой.

А не почему. Чувства тяжело понять.

Ты к НЕМУ, а он…

Что делать?

7 верных пилюль, в которых заключено лекарство от безответной любви:

1. В отношениях с людьми, тем более с любимым человеком, всегда оставляй «правильную дистанцию». Влюбленные обычно растворяются друг в друге. Они везде вместе – на улице, дома, в магазине. Держатся за руки, заглядывают в глаза, шепчут нежные слова. Все их мечты и стремления совместны. Чтобы не утонуть в своем чувстве, нужно заставлять свою голову думать о чем-то еще, заниматься другими проблемами – помочь подруге, спасти собаку, пойти на курсы кройки и шитья. Насильно хотя бы ненадолго оторвать себя и свои мысли от любимого. Особенно этот совет действует при безответной любви или при расставании. Займи себя мелкими делами – рассыпь и начни собирать пуговицы, рассортируй крупинки риса по размеру, перебери гречку. Любая механическая работа снимает уровень эмоциональности.

2. Чтобы меньше думать о любимом, стоит нагрузить свое тело чрезмерной нагрузкой. Иногда для этой цели в комнате вешают грушу и начинают по ней колотить руками, ногами и головой. Повышенную грусть-тоску нужно «расплескать», снять напряжение. Десять километров пешком – и ты заметишь, что думаешь уже не о нем, а об уставших ногах.

3. Идол должен быть развенчан. Об этом еще говорил Лопе де Вега в комедии «Собака на сене». Любое положительное качество можно перевернуть, представив его отрицательным. ОН

аккуратен? Назовем это чистоплюйством. Пунктуален? Будет занудой. Бережлив? Станет жаден. Гостеприимен? Представим транжиром. Весел и активен? Назовем наглым хамом. Если у тебя неплохая фантазия, то представь своего парня в каком-нибудь нелицеприятном свете. Что он черный маг и колдун и вся эта любовь его рук дело.

4. Если ничего плохого про него не получается придумать, иди к подруге. У нее всегда найдется в адрес «твоего несостоявшегося» пара ласковых слов. Уж она-то не постесняется посчитать все прыщики на его носу.

5. «Клин клином вышибают». Безответную любовь можно попробовать заменить на ответную. Эмоция есть, направленность силы есть, нужно только поменять объект. Звучит цинично, но иногда помогает.

6. По случаю отвергнутости есть неплохая присказка: «Меня у вас не будет. Мне вас жаль». Пожалей того несчастного, кто сам себя лишил удовольствия общаться с такой классной девчонкой, как ты. Он ведь сейчас действительно достоин сочувствия.

7. В плане самоутверждения можно использовать и такие способы. Убеди себя, что «бывает и хуже». Докажи самой себе, что этот человек тебя не достоин.

В крайнем случае используй заговоры. Во вторник в полночь выйти на балкон или на улицу, отрежь клок своих волос, брось их по ветру, махни вслед рукой и произнести: «Да уйдет из моей души страсть к (имя), как ветер унес мои волосы». Потом подними горсть песка или пыли (зимой сойдет и снег, в дождь – горсть воды из лужи), брось по ветру и снова произнести: «Да уйдет из моей души страсть к (имя), как ветер унес эту щепотку песка (снега, воды)». Потом напиши на бумажке имя коварного, заставившего тебя страдать, сожги эту бумажку, а пепел так же развей по ветру, приговаривая: «Да уйдет из души моей страсть к (имя) и развеется по ветру, как развеялся по ветру этот пепел».

К утру тебе станет заметно легче.

А вот чего нельзя делать ни в коем случае:

– сидеть неподвижно, уставившись в одну точку;

– включать психоделическую музыку;

– оставаться в одиночестве;

– позволять себе надежду на малейшую с ним встречу;

– поддаваться искушению отомстить или потрясти этого человека.

Из душевного кризиса хорошо вытаскивает любая житейская проблема. С вопросами безработицы, неуплаченных квитанций и блуждания в темном лесу ты вряд ли столкнешься. А нарваться на КОНФЛИКТ, КРУПНУЮ ССОРУ или даже ДРАКУ ты можешь легко. Вот уж когда мысли о любимом надолго покинут твою голову.

Ссориться надо уметь. Это тоже своего рода искусство. В ссоре стоит всегда сохранять холодную голову и четко помнить предмет конфликта. Если ты легко забываешь, с чего все началось, то опытный спорщик легко может увести тебя в сторону от темы и обвинить в том, что из-за тебя началась Вторая мировая война.

До драки лучше, конечно, не доводить. Драка – это последнее дело, и тут уж побеждает не тот, кто прав или сильнее, а тот, кто ловчее.

Ты к таким не относишься (как и большинство девочек), поэтому драк старайся избегать.

Если напали на кавалера, то пускай сам отбивается. Если напали на тебя, то старайся драку свести к разговору. Соглашайся с высказыванием конфликтующей стороны, даже с тем, что ты папа римский. Бог с ней, с правдой, целой и невредимой бы

остаться.

С чего обычно начинается конфликт? С угрозы. Ты не остаешься в долгу и угрожаешь в ответ. Дальше идет обзывание друг друга нецензурными словами. На этом открытый конфликт может закончиться, перейдя в скрытую фазу. Ты не будешь общаться с этим человеком какое-то время. Потом все забудется или не забудется никогда.

Иногда взаимные оскорбления переходят в ту самую драку.

У женщины есть верное средство спасения от рукоприкладства – визг. Часто действует отрезвляюще и останавливает желающего подраться.

Пример

Одна моя знакомая визгом останавливала несущуюся карьером лошадь. Бедное животное пугалось и заметно сбавляло аллюр.

Если визг действует на такую мощную зверюгу, что же говорить о человеке?

Несколько советов, как избежать драки:

1. Не веди себя вызывающе. Большинство дуэлей начиналось из-за неправильного поведения женщины.

2. Если разгорается жаркий разговор, пытайся перевести энергию словесную в энергию движения – начинай перемещаться. Заодно найдешь более подходящее место для разговора. Чтобы людей побольше или посветлее. Здесь драке завязаться гораздо сложнее, чем в темном переулке. Смена стоячего положения на сидячее тоже снижает агрессию в твой адрес.

3. Не стоит повышать голос или командовать. Фразы типа «Заткнись!», «Пошел вон!» и «Сам дурак!» не будут способствовать разряжению обстановки.

4. В ответ на угрозу лучше промолчать. Человек, настроенный агрессивно, готовится к твоему выпаду, а ты – молчок. Это заметно собьет его боевой дух и понизит адреналин в его крови.

5. Иногда лучше уступить, чем гнуть свою линию до последнего. Джордано Бруно не отказался от своих убеждений, за что были сожжен на костре. Галилей признал все свои учения лживыми и остался жив. Сейчас мы помним и чтим обоих ученых.

Информация

Давным-давно церковью были разработаны неколебимые правила. Среди них такое: Земля – твердыня, которая стоит на установленном Творцом месте. Солнце, Луна и звезды вращаются вокруг Земли. И над всем этим главенствует Бог. Но человек существо неугомонное. В какой-то момент он стал изучать небо над головой и стал открывать невероятные вещи – что Земля не плоская, а круглая. Что она вертится вокруг своей оси и вокруг Солнца. Что вокруг Солнца вращается еще несколько планет, что на некоторых из них есть атмосфера…

Все это церкви не нравилось. Поэтому с подобной «ересью» она боролась, особенно в эпоху Средневековья. За свои ученые изыскания в 1600 году был сожжен на костре ученый и философ Джордано Бруно, доказавший бесконечность и бесчисленность миров Вселенной. Известный ученый Галилео Галилей, всю жизнь изучавший небесные тела, под нажимом церковных деятелей отказался от своих учений. Тем самым он спас себе жизнь. На выходе из зала суда Галилей обернулся и произнес: «А все-таки она вертится», имея в виду Землю. Этим высказыванием он показал, что, хоть он и отрекся, в душе верит в свою правоту.

6. Игнорируй угрозу. Может, говорящий и не думал угрожать, он так всегда разговаривает. Если тебе пообещают «пасть порвать и моргалы выколоть», встань и уйди. Зачем тебе нужен такой собеседник, что не признает другой манеры общаться?

Но это все-таки случилось, и драка завязалась. У тебя три варианта – либо участвовать, либо становиться сторонним наблюдателем, либо «делать ноги».

Чтобы участвовать в драке, нужно владеть хотя бы парой приемов самообороны или иметь под руками какое-нибудь оружие. Кулаками ты вряд ли сможешь причинить урон «противнику». Зонтик, аэрозольный баллончик или связка ключей, – в этом деле подойдет все.

Если же в драку вступать ты не хочешь, но она упорно наступает на тебя, то прояви фантазию. Горсть песка в глаза обидчику, внезапно вылитая на него бутылка воды может остановить кого угодно.

Чтобы драка сильно не разгоралась, нужны свидетели и очевидцы, а точнее люди, способные эту драку разнять. Поэтому кричи: «Караул! Грабят!» – или: «Спасите! Пожар!» Психологи

установили, что на эти крики народ сбежится быстрее, чем на «Милиция» или «Спасите! Убивают!». Там, где «убивают», и тебе может достаться. Где пожар или грабеж, есть на что посмотреть.

В самом крайнем случае бей стекла. Хозяева разбитого стекла не поленятся выйти. При свидетелях нападающие тут же ретируются.

Применяй эти крайние средства не просто так, а чтобы быстренько ретироваться в сторону, противоположную противнику. Острые ощущения тебе в этом случае не нужны. Главное, остаться живой.

Что касается наблюдения, то эта позиция самая шаткая и неверная. Бывает, наблюдателей бьют.

Раньше на дуэлях обязательно присутствовали свидетели, секунданты, которые наблюдали, чтобы все было по правилам и не было открытого убийства. В самых жестких правилах дуэли драться приходилось и секундантам.

Заметив драку, беги от нее подальше. И только на безопасном месте вызывай милицию, кричи «Караул» или начинай молиться. Если ты будешь демонстративно звонить «02» на глазах «назревающей» драки, то драка начнется гораздо быстрее, чем ты думаешь, и первой, кого ударят, будешь ты. Так что подумай.

Если же ты собираешься убегать в самый разгар выяснения отношений, то здраво оцени свои силы. Сможешь скрыться – твое счастье. Догонят – будет хуже.

Ну и помни, что большинство пьянок заканчивается выяснением отношений и дракой. Не засиживайся в такой компании. Здоровым уходит тот, кто уходит вовремя.

Если драка, несчастная любовь, неудача или застенчивость тебе могут на жизненном пути и не встретиться, то уж от ЭКЗАМЕНОВ тебе не отвертеться.

Считается, что вся жизнь – это сплошные экзамены. И то, что сдают в школе, это полная ерунда по сравнению с теми испытаниями, что уготовила тебе судьба.

Не верь этим сказкам. Когда еще судьба вспомнит о тебе, химию же сдавать нужно уже через неделю. А ты ни в зуб ногой.

К студенческим годам ты научишься готовиться к экзаменам за одну ночь или стоя перед дверью, где этот экзамен проходит. Пока же твоя сообразительность оставляет желать лучшего, язык не так хорошо подвешен, а способность подкупить экзаменатора своей непосредственностью крайне низка.

Но химию-то сдавать надо!

Для начала успокойся. Посмотри на старшеклассников. Все живы? И ты переживешь. Бывают, конечно, редкие случаи, когда

из-за двойки по алгебре прыгают из окна. Но это вариант для хлюпиков и неврастеников. Ты же нормальный здоровый человек, поэтому из-за такой ерунды, как отметка, расстраиваться не будешь.

Если из-за нее собираются расстраиваться твои родители, то советую провести предварительную воспитательную беседу о том, как важна для тебя перед экзаменом здоровая психологическая атмосфера в семье. Да и после экзаменов тоже.

А как же химия?.. Пятьдесят билетов… Моли, валентность, таблица Менделеева…

Подожди тонуть в луже из собственных слез. **Научись готовиться к экзаменам!**

1. Утихомирь свою панику. Скажи сама себе, что все успеешь, и садись за стол.

2. Оставшееся время раздели на три части.

Если осталась неделя, значит, четыре дня, два и один.

За четыре дня ты пробегаешь все билеты. Находишь основные определения и формулы в учебнике, получаешь общее представление о предмете. Сейчас у тебя знания на слабую троечку. Вспомнишь, что Менделеев был толстый, с бородой и свою таблицу придумал во сне, – и то неплохо. Да и цвет учебника для тебя не новость. А если повезет взять этот самый учебник с собой, будешь знать, какую страницу открывать.

Если еще остались силы, то следующие два дня отведи на шлифовку знаний. Зубри, что не влезает в голову.

Последний день – последнее повторение. Осилишь все три стадии – если не пятерка, то четверка тебе гарантированы.

Хуже, если ты начнешь зубрить билеты по очереди. Гиблый номер. В твоей душе будет все время сидеть опасность, что ты не успеешь. Лишние переживания тебе вредны. Отбрось эту неверную тактику.

3. Садись заниматься с четкой целью: просмотрю двадцать вопросов, потом обедать. Если цель будет размыта: чуть-чуть посижу, а там как пойдет, – то так и получится. То есть никак.

4. У каждого человека есть свои биологические часы. У «жаворонков» это утро, у «сов» день или вечер. Садись заниматься в свое время и не насилуй себя, когда дело не идет. Устраивай перерывы до того, как устанешь. Реши, что будешь отвлекаться каждые полчаса на пять минут. Ритм здорово помогает при подготовке.

5. Вечером перед экзаменом все забрось – сходи в кино, погуляй, загляни в гости. Знания должны утрястись и улечься в твоей несчастной голове, а то все химические элементы перепутаются. Ночью – хороший длительный сон. Если что не

доучила, лучше это сделать утром. Ночное чтение ничего не даст.

6. Утром пролистай изученный материал, чтобы психологически подготовить себя к победе: «Во, сколько я знаю!»

И вот он – час икс. Ты вытянула билет. В глазах прыгают зайчики. Голова кружится. Слов не разобрать, кажется, что написано явно не по-русски. Наконец, буквы собрались в строчки, но ни одного знакомого слова!

Бывает. Не паникуй и не бросай билет. В другом билете незнакомых слов может оказаться больше, а «минус балл» ты уже заработаешь.

Даже если ты не знаешь ответа, начинай говорить. Расскажи про Менделеева и его таблицу, покажи, что ты представление о предмете имеешь. Когда учитель заметит, что ты уходишь в сторону от вопроса, он начнет задавать тебе наводящие вопросы, и ты сможешь выплыть.

Говори громко и уверенно. Уставший учитель может повестись на твою интонацию, не вслушиваясь в слова.

Случилось чудо! Ты знаешь ответ на вопросы. Не выкладывай всю информацию. Дай возможность учителю задать тебе вопрос. Если ты расскажешь все, то на вопросы отвечать будет нечего и спросить могут из другой области.

Если пользуешься шпаргалками, то пользуйся своими! Только тогда ты будешь знать, где что написано и что означает это сокращение.

Пример

Не то чтобы я хорошо училась, но математику очень любила. Особенно алгебру со всеми формулами и задачками, неравенствами и уравнениями. Меня можно было хлебом не кормить, дай только что-нибудь порешать. На какой-то самостоятельной ко мне прибывает записка от Наташки с просьбой написать ответы. Время шло к звонку, я спешила, поэтому быстро все написала, бросила записку обратно и пошла сдавать работу. На перемене ко мне подошла бледная Наташка и стала трясти запиской перед носом. Оказывается, она не смогла разобрать одну цифру. В спешке пятерку я написала так, что она стала похожа на восьмерку. Восьмерку Наташка и написала. После этого она неделю со мной не разговаривала.

Если же со знаниями у тебя полная труба и даже шпаргалок нет, то тебе стоит некоторое время постоять перед дверью, откуда будут вываливаться счастливчики. Спрашивай, какие вопросы задавали и кто как отвечал. В твоем возрасте отменно работает кратковременная память. Полученную информацию ты успеешь донести до класса и выдать учителю.

Попав в класс, не спеши отвечать. Послушай, какие вопросы задает учитель. Учителя – люди утомленные, они редко когда придумывают разные вопросы, чаще задают одни и те же.

Если учитель начинает с тобой говорить, а ты от волнения рук-ног своих не чувствуешь, не стесняйся сказать: «Сейчас я подумаю, подождите». Продышись и начинай думать. Или прислушиваться к тому, что подсказывают тебе с первой парты.

В конце концов, учитель тебя знает, как облупленную, любит, хулиганку такую, и злобно «заваливать» не будет. Если ты не станешь молчать, как партизан на допросе у фашистов, то свою законную тройку получишь. Для четверки и пятерки придется постараться.

Хочу заметить, что эти же советы подходят для сдачи экзаменов в институте.

На твоей дороге будут постоянно встречаться развилки, а на них «указующие камни»: «Влево пойдешь – шею свернешь, вправо пойдешь – друзей подведешь, прямо пойдешь – спасешься сама, но потеряешь что-то очень важное».

На все случаи жизни советами не напасешься, у каждого пенечка соломку не подстелешь.

Любая выбранная тобой дорога будет правильной. Любое принятое решение верным.

Не надо бояться принимать решения и идти по дороге.

Под лежащий камень вода не течет, а дорогу осилит идущий. Ты резво скачущее по времени существо, и ты все сможешь. И сделаешь это так, как у других не получалось.

В себя нужно верить всегда. Вера пробивает гранитные скалы

и вытаскивает из-под земли.

Пример

Был конец марта. Мы ехали на Кавказ в двухнедельный поход. Планировали перевалить горы и спуститься к морю. Мне обещали плюс пятнадцать, цветущие эдельвейсы и советовали взять шорты.

Когда автобус выгрузил нас на пустой дороге, реальность стремительно разошлась с фантазией. Сверху падал дождь со снегом. Под ногами была грязь, а температура далека от пятнадцати тепла. К вечеру мы поднялись в горы, и ударил мороз. На следующий день мы шли по пояс в снегу, было минус пятнадцать. Тринадцатилетние мальчишки в нашей группе стали ворчать и требовать, чтобы мы немедленно шли назад, садились в поезд и ехали в теплую Москву. Мне тоже было плохо. Кроссовки не грели. Куртка была мокрая и вся в грязи – я поскользнулась и растянулась в небольшой речке. Ложку я посеяла в первый же вечер. Кружка исчезла в неизвестном направлении. Мисками нам приходилось долбить лед, чтобы палатки ставить на землю. Под дождем костер не горел. Но я знала, что все это пройдет. Что мы перевалим горы и выйдем к морю. Что будет солнце. Что я никогда не смогу забыть, как солнечные лучи искрятся на белых вершинах гор.

Наша память обладает одной замечательной особенностью – при себе она оставляет только хорошее. Плохое забывается.

Помни об этом и не позволяй беде, какая бы она страшная ни была, завладеть тобой.

Не бойся совершать ошибки, которые уже совершили до тебя твои родители.

Не тверди, что все вокруг плохо.

Никогда не отчаивайся – и все будет хорошо!

Э. Веркин
Приложение
Советы мальчиков девочкам, или Три ложки дегтя

История современного человека насчитывает в среднем около сорока тысяч лет. Сорок тысяч лет назад косматые и немытые ребята из местечка Кроманьон научились прилаживать к палкам сколотые кусочки кремния.

И стали людьми.

И примерно тридцать тысяч лет из этого достаточно приличного времени существовал матриархат. То есть власть женщин и всеобщее мужское перед ними преклонение. Почему?

Женщина была матерью. Она рожала новых людей, увеличивала шансы племени на выживание. Что в этом процессе как-то участвуют и мужчины, чувакам из мезолита как-то и в голову даже не приходило (впрочем, как и людям позднейших времен, которые были уверены, что основную роль в деторождении играют мужчины, отдавая женщинам лишь роль ракеты-носителя…). К тому же женщины гораздо ловчее собирали съедобных улиток, червей, фрукты, ягоды и грибы, которых в окружающей природе было в изобилии.

Мужики влачили жалкое существование.

Под каблуком. Ну, или под голой пяткой.

Потом ситуация начала меняться. Народу стало побольше,

окрестных улиток стало не хватать. Климат поменялся. Похолодало. И бананы с кокосами просто так уже не валились на беспечные головы наших небритых пращуров. Чтобы не помереть с голоду, надо было быстро бегать, охотиться на мамонтов, волосатых носорогов и другую не всегда дружелюбную фауну. Так на первое место вышел мужик.

Где-то десять тысяч лет назад.

Поэтому, милые леди, по всем законам справедливости мужчины имеют в запасе еще целую кучу времени для лидерства.

Не собираюсь наставлять девочек, как нужно правильно варить борщ со шкварками, шинковать «Оливье» с пикулями и раковыми шейками. Или вышивать крестом. Или как красить волосы, а потом заплетать их в игривые косички с бисером. Как муштровать несекучих предков или тиранить младшего братишку-недотепу. Этому – да, в общем-то, и многим другим прикладным кунштюкам – девочек, я уверен, научат в предыдущем тексте. Попробую немножко рассказать о действительно важных вещах. О вещах, которые помогут девочкам правильно оценивать себя и правильно выстраивать отношения с мальчиками.

Вообще смысл этого Приложения заключается в том, чтобы заставить девочек… Хотя нет, зачем «заставить», «заставить» – это что-то из казарменно-плеточного лексикона опытного завуча-вивисектора, лучше не «заставить», лучше «помочь». Так вот, помочь девочкам попробовать взглянуть на себя мужскими глазами.

Это, милые девочки, очень полезно. Поверьте.

Полезно и к тому ж поучительно.

Чессное, блин, слово.

В книжке «Для мальчишек и не только… Настольная книга по жизни» я привожу довольно интересный случай. Как я подслушал разговор одной жизнерадостной девчачьей компании. Компания рассуждала о мальчиках. Перебирала всех своих знакомых, давала им злобные характеристики, осмеивала недостатки.

У кого зубы как у Дракулы, у кого задница бабья, кто стафилококками переболел.

А кто вообще дурак, к тому же все в зеркало смотрится, тоже мне, Джонни Депп…

Слушать это было неприятно, но зато очень пользительно. Поскольку я узнал, как по-настоящему девочки относятся к мальчикам. И сделал определенные для себя выводы.

Ведь самому тебе всегда кажется, что ты такой великий-развеликий, волосатый-преволосатый, умный-разумный. Одной соплей из левой ноздри двенадцать Дарт Вейдеров по стене

размажешь…

Для обретения реального взгляда на вещи иногда просто необходимо посмотреть на себя со стороны.

Сегодня, наверное, каждый человек слышал свой голос. Техники вокруг полно, видео, диктофоны, мультиплееры разные. Когда ты слышишь свой голос со стороны впервые, ты, как бы помягче сказать… удивляешься. Тебе всю жизнь кажется, что ты говоришь увесистым мужским басом, а на деле оказывается – издаешь какое-то сомнительное полукошачье шули-мули. Ситуация с голосом – это показательный пример. Того, насколько твой реальный образ отличается от того, что ты себе воображаешь.

Для того чтобы оценить себя критически, можно, кстати, поступить просто – засняться на видеокамеру. Каждый, кто знаком с телевидением, подтвердит, что камера – самая объективная и беспощадная вещь. Высвечивает все прыщи, родинки и лишние килограммы. Запиши и посмотри. А потом потренируйся смотреть на себя с беспристрастностью видеокамеры. И не только на свои внешние недостатки, но и на недостатки в характере, в поведении, в манерах обращения с людьми.

Потому что только критический взгляд, только упорная борьба с собственными изъянами позволят тебе добиться того, что ты хочешь. Посему в нескольких главах Приложения будет изложен циничный и, может быть, несколько нелицеприятный взгляд на девочек со стороны мальчиков.

Предвижу неизбежные возражения. Что все на самом деле не так, а совсем розово и в кружевных рюшечках, что текст сей пропитан мужским шовинизмом и т. д. и т. п. Но это ведь и хорошо! Хорошо, что пропитан! В этом главное его достоинство! Надо знать своего врага в лицо! К тому же девочкам в изрядном количестве случаев приходится иметь дело как раз с шовинистами. Поскольку с нежными феминистами девочкам иметь дело неинтересно. Дружить с ними – все равно что дружить с другими девочками. Скучно, совсем не то.

И еще.

Можно сколько угодно кивать на этот самый шовинизм и фыркать симпатичными носиками, но все, что написано ниже, в той или иной степени правда. И гораздо выгодней для самих девочек не игнорировать эту правду, а учитывать ее и использовать в своих практических целях.

И в конце концов, девочки, вы тиранили нас тридцать тысяч лет!

Ложка дегтя № 1. Что мальчикам надо от девочек?

Что мальчикам надо от девочек?

Начнем с этого животрепещущего вопроса.

Так чего же все-таки мальчикам надо от девочек?

К несчастью, совсем правдивый ответ на этот вопрос, мягко говоря, циничен. Циничен, и девочкам он не понравится. Они-то думают, что мальчикам (думают-думают) интересна их душа и богатый внутренний мир, а на самом деле….

На самом деле, к сожалению, примерно с четырнадцати лет и где-то до восемнадцати (ну, это у кого как) **большинство** мальчиков интересует преимущественно та сторона взаимоотношений, что разбирается в книжках для более старшего возраста.

Это не означает, что мальчики не могут дружить с девочками.

Это не означает, что они не хотят дружить с девочками. Что они не могут в девочек влюбляться, что они не могут девочками восхищаться.

Могут.

А некоторые и еще как могут, стихи даже сочиняют восторженного типа. Я люблю тебя, Ирина, ты красива, как картина. Но на одном из первых мест все-таки «вздохи на скамейке» и так далее.

К шестнадцати-восемнадцати ситуация начинает меняться, а пока…

Пока все сурово. Помните фильм «В бой идут одни „старики“? Там летчики после каждого сбитого немецкого аса рисовали на своих самолетах звездочки. Сколько звездочек – столько побед.

У мальчиков приблизительно то же. Звездочки на фюзеляже. Или нет, не звездочки – кружочки с крестиками.

Даже джентльмены совсем еще ералашного возраста хвастаются друг перед другом своими «победами». Даже они никогда не скажут в компании других мальчишек:

– Мне так интересно дружить со Светкой Прялкиной, аж зубы ломит.

Они скажут:

– Вчера с Прялкой в кино сползали, два раза целовались.

Тут уж ничего не поделать. Для большинства девочек любовь – это «Евгений Онегин» и «Ромео и Джульетта», для большинства же мальчиков сплошной «Американский пирог».

Казалось бы, вопрос «Что мальчикам нужно от девочек?» закрыт. Но это не совсем так.

Потому что американо-пирожный мотив во взаимоотношениях мальчишек и девчонок – это мотив

первичный. А есть еще мотивы второго плана. И третьего. И двадцать третьего. Ну, к примеру. Каждой зимой заледенелые просторы водоемов покрываются сотнями любителей подледного лова. Здоровенные мужики отмораживают пальцы, проваливаются под лед, зарабатывают воспаление легких и гайморит.

Зачем они это делают?

Вряд ли потому, что они и их семьи вусмерть нуждаются в свежей рыбке, вряд ли кушать очень хочется – вылавливаемой мелочью частенько брезгует даже кошка. Тогда из-за чего?

Ну, да. Часы, проведенные на рыбалке, не засчитываются в срок жизни. А еще потому что очень нравится.

И все. Других серьезных причин для занятий зимней рыбалкой, в общем-то, нет. Конечно, сравнивать рыбалку и взаимоотношения мальчиков с девочками, может быть, довольно смело, но что-то общее в этом есть. И что ни говори, но каждый мужчина в прошлом все-таки мальчик.

Так что разберем мальчишеские мотивы. Посмотрим, что происходит в охламонских головах в промежутках между компьютерными баталиями и игрой в футбол.

Да, оговорюсь сразу. Случаи великой любви оставим напоследок. Они редки, но встречаются. Так, например, один юноша из города Воронежа влюбился в принцессу Лею из кинофильма «Звездные войны», и его потом серьезно лечили. А другой юноша вообще влюбился… Ну, да ладно.

Так что же интересует мальчиков в девочках еще?

Прежде всего, статус. Статус – это положение в обществе. В данном случае положение в мальчишеской компании.

Как ни крути, а все мальчики четко делятся на три большие группы.

Группа А. Те кто дружит с девочками.

Группа В. Те, кто не дружит с девочками, но очень хотел бы дружить.

Группа С. Те, кто не дружит с девочками и не очень от этого страдает.

Если мы взглянем на пирамиду мальчишеского престижа, то обнаружим, что группа А – этой пирамиды верхушка. В группе А находятся самые уважаемые люди в классе, во дворе, да и вообще в компании.

Люди, к мнению которых прислушиваются.

Это не случайно. Потому что дружить с девочкой – это значит быть взрослым.

Пример

Жили-были три товарища.

Вместе ходили на рыбалку, катались с горки.

А потом один из друзей завел себе подружку и перестал ходить на рыбалку. И когда двое оставшихся друзей пошли кататься с горки, он не пошел. И когда они устроили перестрелку из плевалок, он не стрелял.

Он повзрослел и стал рассуждать о стоимости жилья и количестве своих будущих детей. Те двое смотрели на него с восхищением и думали, как чувак крут. И в классе его уважать стали гораздо больше…

Потом прошло время и оказалось, что рассуждать о стоимости жилья и о методах воспитания – это не взросло.

Это скучно.

Так, не так, а дружба с девчонкой, особенно если эта девчонка в чем-то выдающаяся (отличница, спортсменка, красавица), возвышает. Посему знакомство с девочкой для многих мальчиков что-то вроде эскалатора.

Путь наверх.

Девочка прибавляет общественного веса.

У Чехова есть прекрасный рассказ «Анна на шее». Суть его проста. Абсолютно ничтожнейший чиновник, по расчету женившийся на красавице, приобретает благодаря своей жене вес в обществе.

Не стоит думать, что такие вещи не случаются сегодня. Не стоит думать, что они не случаются в средней школе. В МОУ.

Пример

Был Леня. Леня был абсолютно никем. Не отличался ни умом, ни сообразительностью, ни богатством, ни даже силой. Его даже не замечали, несколько раз его даже не засчитывали во время переклички на физкультуре.

И была Катерина. Не Катька, не Катюха, не Кошка, не Кэт, а именно Катерина. Рослая девушка, в этом довольно-таки юном возрасте уже обладавшая серьезной (может быть, даже слишком) фигурой. Ходили слухи, что раньше, в прошлом году, Катерина дружила с владельцем известного в городе ночного клуба и даже вроде как летом ездила с ним в черноморскую вояжировку и они вместе ныряли к затопленному

фашистскому миноносцу.

Мальчики-одноклассники к Катерине даже не клеились. Поскольку стоило ей улыбнуться своей снисходительной улыбкой, как всяческая поползновенческая активность быстро падала до нуля. Все считали, что после хозяина ночного клуба Катерина положит глаз, по крайней мере, на олигарха региональных масштабов. Но как оказалось, олигархи Катерину больше не интересовали.

А интересовал ее Леня.

Может, в ней сработал материнский инстинкт, может, еще чего сработало, науке это неизвестно. Но сначала Леня таскал Катеринину сумку, затем был представлен семейству, затем сажал на Катерининой даче картошку, ну и так далее.

С Леней произошли разительные перемены. Леня стал ходить в школу в дорогой обуви и золотой печатке. К Лене стали прислушиваться одноклассники. К Лене стали прислушиваться старшеклассники. Даже успеваемость Лени каким-то чудом поползла вверх, хотя никаких сверхусилий он к этому не прикладывал.

Леня стал человеком.

Школьный роман закончился вполне удачно. Они до сих пор живут с Катериной, вполне счастливы, даже дети есть.

История, кстати, довольно заурядная, но зато показательная. Показательная в том, что дружба с нужной, «престижной» девочкой может сделать даже из самого распоследнего лопуха уважаемого человека.

Впрочем, есть мотивы для дружбы еще более приземленные. Кротовьи. Особенно в школе.

Пример

В «Энциклопедии для мальчишек и не только» я уже приводил этот пример, но приведу еще разок – больно уж хорош.

Некто Койкин тянул на золото. До заветного соотношения «пятерок» и «четверок» не хватало совсем немного. Пятерки по английскому языку.

А с английским было туго. В нем Койкин не сек совершенно, к тому же англичанка испытывала к нему

необъяснимую личную неприязнь.

Он и цветы ей на День учителя дарил, и квартиру обоями оклеивал, и даже любимую собачку англичанки выгуливал, хотя та два раза цапнула Койкина за голень.

Все было бесполезно, англичанка оставалась неприступна, как Тауэр.

Тогда Койкин прибег к классическому трюку – к такому прибегают беспринципные юные проходимцы, обитающие в книжках Ричардсона и американских фильмах.

Он решил волочиться за дочкой англичанки.

Нельзя сказать, что девушка считалась некрасивой или шибко глупой, просто она была по большому счету никакой. А Койкин оказался настоящим светским барсом провинциального разлива. С наполеоновской скоростью и мощью он обаял дочку англичанки – и уже через месяц его оценки по английскому языку поползли вверх.

Никакой трагедией эта история не закончилась. Койкина не разоблачили. Не устыдили, не выпороли публично, не лишили золотой медали. Хотя бросил он англичанкину дочку, едва получил свою пятерку и золотую медаль вдогонку. И поступил в тот институт, в который хотел. Нет сомнений, что искусство фигурного лизоблюдства в дальнейшем Койкин освоил в совершенстве.

Дочь англичанки не бросилась под поезд и не попала в психушку, вышла замуж и вполне счастлива.

Увы, есть целая куча мальчиков, которых интересуют девочки из совершенно уж низменных побуждений. Не все, конечно, девочки, а по преимуществу отличницы.

Отличница вообще существо уязвимое. Она, бедняга, вовсю старается, учится, рвет не окрепшие в борьбе за выживание жилки, а при этом ей, как любой нормальной девчонке, хочется мальчишеского внимания, восхищения и участия.

Чтобы цветы дарили и шаурмой угощали. Блистать ей, короче, хочется. А парни все как-то мимо смотрят…

И вдруг появляется Он. Ага, на белом коне, и сам тоже не в зеленую крапинку. Ну, и пошло-поехало…

А в итоге оказывается, что ему не она была нужна, ему нужны были консультации по физике. Впору с крутого бережка – да в омутище расхлебанное…

Трагедия в стиле МОУ.

Совет

Если кто-то усиленно подбивает к тебе клинья, следует изрядно подумать – а чего этому бобику надо? Ну, если все по пункту первому, то ладное еще, понять можно. А вот если за счет тебя типчик хочет поднять свой статус…

Поганой метлой в хвост и в гриву.

Очень хорошо, когда мальчика в девочке что-то интересует. Не корыстно интересует, а так, для души. Например, девочка ходит в секцию пулевой стрельбы, а мальчик сам балдеет от револьверов и вестернов.

Или девочка любит собак, а у мальчика у самого бульмастиф. Они начинают этих своих песиков совместно выгуливать, ногти им подпиливать, тримминг всевозможный осуществлять и постепенно сдружаются, сдружаются, сдружаются.

Мне лично такая разновидность взаимоотношений между мальчиками и девочками нравится больше всего. В ней нет корысти, как в вышеуказанных случаях, в ней нет ненормальной горячки, как в случае нижеследующем.

Нормальные здоровые отношения. Спокойные. В спокойных отношениях есть своя прелесть, жалко, что понимаешь это только лишь лет после тридцати.

А может, не жалко, может, правильно.

Когда тебе пятнадцать, не думается – правильно не правильно. Когда тебе пятнадцать, хочется чего-нибудь этакого, большого, чтоб душераздирало, чтоб клокотало…

И тем, кто хочет, чтоб душераздирало и клокотало, остается один путь – типа, любовь.

Любовь как мотив взаимоотношений между мальчиками и девочками – интереснейшая тема. Много можно напридумывать, жаль, формат не позволяет.

Но начнем.

Начнем, как водится (см. название), с ложек дегтя, то есть с разочарований. Не знаю как кому, но мне все же кажется, что настоящей любви в школе не случается. А если случается, то редко, и все такие случаи описаны в книжках и обсмотрены в фильмах. Где детишки любят, а предки не пускают, а общество против, и в эпилоге закономерное выпадение из окна под стихи лауреата Нобелевской премии Рабиндраната Тагора…

В школе же по большей части случаются влюбленности. Симптомы у любви и влюбленности примерно одинаковые.

Острая мозговая недостаточность.

Любовная слепота.

Желание постоянно находиться в одном объеме пространства с обожаемым объектом.

Тремор при виде оного.

В чем отличия? В том, что влюбленность проходит где-то через полгодика, а любовь – пластинка долгоиграющая. Иногда переходящая в хроническую стадию. С похудением, осыпанием волос, позеленением лица. Иногда даже и с летальным исходом.

Но, повторюсь, любовь, то есть то, что переходит в хроническую стадию, в этом возрасте встречается редко. Поэтому мы будем говорить все-таки о влюбленности.

Контролировать влюбленность усилием воли или там разума практически невозможно. Влюбленный мальчик таскается за девочкой с каким-то щенячьим выражением лица. Наверное, с такими лицами гаитянские зомби бродят за своими хозяевами. Все это выглядит на редкость жалко. Но некоторым девочкам нравится. Некоторые девочки любят иметь возле себя раболепного мальчика с вопросом «чего изволите-с» в глазах. На

тип карманного тойтерьера. Видимо, это каким-то образом поднимает девочек в собственных глазах и в глазах остальных красавиц.

Может быть, поэтому мальчики и не спешат как-то показывать свои чувства. Ведь получается, что влюбленность для настоящего парня – это в чем-то проявление слабости. Что это за парень, который позволяет каким-то там девчонкам собой помыкать?!

Вообще в среде мальчиков к влюбленным типам принято относиться с пренебрежением и даже некоторым презрением. Мальчики не влюбляются! Шварценеггер не танцует! Это железное правило.

Поэтому обычный мальчик, даже если в кого-нибудь и влюбится, никогда не будет этого показывать. Дружить с девчонками – одно дело, влюбляться – совсем другое. Влюбляются всякие придурки из книжек. Мужики не влюбляются! Шварценеггер не танцует!

Поэтому девочки должны понимать, что такая штука, как любовь, для вполне значительной части мальчиков на протяжении всей жизни не является чем-то жизненно необходимым. Так что ожидать от понравившегося тебе соседа по парте каких-то сверхпроявлений сверхчувств не стоит. У многих мальчиков потребность в любви просыпается вообще после двадцати лет.

Если просыпается.

И если кто-то упорно и неровно дышит за левым ухом, подпрыгивает по курсу, преданно-преданно смотрит в глаза и предлагает услуги по ношению портфеля и выгулу любимого пекинеса, то относиться к этому следует трезво и рассудительно.

Ведь это могут быть банальные проявления гормонального шторма, бушующего в мальчуковом организме. Прыщи на лбу есть? Значит, он, этот шторм, в самом разгаре. И не стоит воспринимать мальчишеские чувства чересчур всерьез и чересчур близко к сердцу.

Мальчик в этом возрасте может влюбиться даже в пылесос.

Пример

Про принцессу Лею я, кажется, уже упоминал. Но этот случай еще из вменяемых. Один паренек влюбился в девушку с рекламного плаката. Причем не с маленького плаката, а с огромного плакатища, развернутого на

торце девятиэтажного дома. Девушка была действительно удивительно симпатичной, многие взрослые дяди на нее засматривались, четырнадцатилетний же Ромео был прострелен просто навылет.

Пал, короче, стрелой пробитый.

Влюбленность практически сразу же приобрела патологический характер. Ромео попытался отыскать информацию про свою избранницу в Интернете, но почему-то ничего не нашел, отчего впал в меланхолию. Однако, пораскинув мозгом, Ромео пришел к выводу, что девушка эта из местного модельного агентства и искать ее надо в родном городе.

И преисполненный радужных надежд Ромео отправился на поиски. Которые, впрочем, успехом тоже не увенчались. Красавица была неуловима и недосягаема. Ни имени, ни адреса, вообще ничего. Только гигантский плакат на стене, только взгляд, проникающий в самые глубины влюбленного сердца.

Ромео страдал, Ромео стремился быть ближе к предмету своих страстей. И в конце концов, вооружившись альпинистским снаряжением, под покровом ночи он спустился на плакат и вырезал любимый лик.

Акт вандализма был свершен. Однако на следующий день выяснилось, что второпях Ромео немного просчитался с размерами. Он собирался вырезать из плаката лицо милого друга, а оказалось, что вырезал только глаз.

Это паренька несколько смутило, но потом он решил, что глаз лучше, чем совсем ничего. Правда, чтобы обозреть глаз, приходилось подниматься на некоторую высоту.

Ромео пытался заворачиваться в глаз на ночь, но это было совсем не то, материал оказался малопригодным для заворачивания, твердым и колючим. Тогда Ромео попытался разместить глаз в своей комнате, по стенам, полу, потолку. Родители воспротивились. Ромео нервничал.

Ситуацию усугубило то, что Ромео долго не решался оценить плоды своих трудов – разрезанный плакат. А теперь вот он их оценил. Это было ужасно – рваная рана на месте глаза выглядела так нехорошо, что Ромео стало жутко. Красавица больше не была красавицей.

Вырезанный глаз стал преследовать Ромео. Ему казалось, что глаз следит за ним отовсюду. Любовь закончилась тем, что Ромео в ярости облил глаз керосином и спалил его на заднем дворе сарая, потом неделю не ел с расстройства.

Правда, впрок эта история ему не пошла – через три месяца Ромео влюбился в девушку из анимэ про японских призраков-убийц, восставших из океана.

Как вести себя девочке в ситуации, когда в нее безнадежно влюблен мальчик? В общем, мне кажется, вести себя надо честно. Послать его сразу, но мягко и вежливо. А если мальчик не отстает – это его проблемы. К тому же такие прилипалы долго продержаться никогда не могут, все они спринтеры, забег на длинные дистанции им не по силам. Главное – не стоит заигрывать и подавать беспочвенные надежды.

Совет

Не пытайтесь эксплуатировать нежные чувства мальчиков. Некоторые девочки, рассудив, что с паршивой овцы хоть шерсти клок, начинают резво выкачивать из своих воздыхателей разную приятную для жизни мелочь. Фломастеры, шоколадки, цацки к мобильному телефону. А потом приходит аппетит, и вместо нового пенала красавицы начинают требовать себе новые сережки, цепочки, непростую французскую косметику.

Ни в коем случае не поступайте подобным образом! Несмотря ни на что, несмотря на то, что претендент на твое сердце будет готов засыпать лестничную площадку перед твоей квартирой миллионом алых роз. Как некогда сделал грузинский художник Нико Пиросмани, жестоко влюбившийся в заезжую актриску.

Искушение все эти розы принять будет изрядное, но с искушением этим следует бороться.

Во-первых, это некрасиво. Взаимностью отвечать не собираешься, а бабки на тебя затрачиваются изрядные.

А во-вторых, может некрасиво закончиться. Поклонник может внезапно охладеть, да и предложить воротить назад все полученные материальные ценности. Поклонники ведь тоже разные бывают. А ты попадешь в неприятное положение.

И вообще. Зачем быть кому-то обязанной? Пусть даже за пару шоколадок.

Кстати, того же Пиросмани народ помнит, имя актрисы же если и вспоминает, то исключительно как синоним вредности и стервозности.

Пример

Антон был влюблен в Снежану, подарил ей позолоченный браслет. Снежана умудрилась его потерять. Это было весьма не удивительно – Антон был юношей невидным, скорее даже наоборот, беречь как зеницу ока подарок такого кавалера – кому в голову придет?

И вообще, Снежана считала, что Антон очень похож на голодного беспородного пса – у него такой вид, будто он все время чего-то ищет. То ли кость, то ли люк, где погреться можно.

Антон таскался за Снежаной, наверное, полгода. Приглашал ее в кино-театры, в кафе, на празднование Масленицы. Снежана придумывала хитроумнейшие отмазки от всех этих мероприятий. Антон не нравился Снежане еще больше, чем раньше. К тому же он всем и каждому рассказывал, что подарил капризной красавице браслет из настоящего белого золота, как бы намекая на то, что Снежана теперь перед ним в неоплатном сердечном долгу.

И все смотрели на Снежану как на зажравшуюся капризную барыньку.

Снежана была готова даже купить новый браслет, но точно такой найти не удавалось. К счастью, по весне браслет отыскался за газовой плитой, и Снежана вернула его своему липучему ухажеру. Антон долго отказывался принять драгоценность обратно, но потом все-таки взял. И уже через неделю роковой предмет бижутерии красовался на тонкой руке Анжелы из соседнего класса. Еще не подозревавшей, в какую ловушку ввергласъ она, приняв сие незатейливое украшение.

В случае, если со стороны девочки намечается ответная симпатия… Девочке не стоит забывать о некоторых вещах.

О том, что любовь проходит и уходит.

О том, что сегодня он любит тебя, а завтра может полюбить

баскетболистку.

О том, что ты сегодня любишь его, а завтра можешь воспылать страстью к балалаечнику.

О том, что школьные романы редко заканчиваются честным пирком да за свадебку.

О том, что тебе надо задумываться о своей будущей жизни – кроме тебя, о ней вряд ли кто подумает.

И в конце концов, неужели ты собралась в шестнадцать лет связать себя узами брака? А к восемнадцати годам стать матерью-героиней?

Вряд ли.

Поэтому побольше здоровой прагматики в отношениях. Война войной, обед обедом. Не стоит кидаться в любовь, как в омут, еще тридцать три раза успеешь.

Ложка дегтя № 2. Что мальчики хотят видеть в девочках?

Список того, что мальчики хотят видеть в девочках, может занять отдельную книжку. Фолиант. Инкунабулу весом в полтора пуда.

С приложением.

С комментариями.

С таблицами.

Слишком много мальчики хотят.

И все равно все мальчишеские пожелания в этот фолиант не влезут. Поскольку пожелания их могут быть весьма и весьма причудливы. К примеру, я знал одного мальчика, который дружил исключительно с девочками с проколотым пупком. На девочек с непроколотым пупком он даже и не глядел. Девочка без пупка с булавкой для него просто не существовала. Зимой, в силу общей задрапированности, дружительная активность у этого товарища резко падала, летом же наоборот, зашкаливала за все разумные пределы.

Судьба подготовила для него тяжкое испытание – в один прекрасный день его отца перевели в довольно глухой среднерусский городок, который в силу своей низкой культуры еще не дорос до пупкопрокалывания.

И парень загрустил.

Это я все к тому, что у каждого свои вкусы. Кто-то любит гамбургер (400 килокалорий), кто-то салат (14 килокалорий), кто-то печеных короедов (??? килокалорий).

А кто-то вообще любит литературу, есть такие ненормальные…

Впрочем, оставим лирику. И не будем вдаваться в тонкости, выясняя, кому какие блондинки нравятся. Перейдем к

конкретике.

Какие качества привлекают мальчиков? Качеств этих немного, и выделить их легко.

Ум. Красота. Умение готовить. Верность.

Это, наверное, самые главные. Те, которые мальчики ценят особенно высоко. Можно, к примеру, поменять местами ум и красоту, ну, или верность передвинуть на первый план, но вообще набор постоянный. Как четыре колеса у машины. Одно выкинешь, к примеру кулинарное искусство, – и управляемость ухудшится. Два колеса – это вообще уже мотоцикл, остановишься – и на бок. Ну, а на одном колесе могут ездить вообще только экстремалы.

Теперь по пунктам.

Ум.

Любят ли мальчики умных девочек? Спешу ответить с полной долей ответственности.

Любят.

Любят, любят, любят. Как же их не любить!

Мальчик, как это известно, стремится быть во всем первым. Мальчик стремится, чтобы у него было все самое-самое. Велосипед с тридцатью передачами, газонаполненными амортизаторами и дисковыми тормозами. Самая мощная видеокарта. Самый большой бицепс. Дедушка-кавалерист.

Умная девочка из этого же набора. Это не просто подруга, это деталь имиджа. Как MP3-плеер с гигабайтом памяти.

Умный мальчик стремится к умной девочке по вполне понятной причине. Потому что с не очень умной девочкой ему будет скучно. Нет, какое-то время он еще может выдержать, может попытаться поперевоспитывать, попрививать любовь к чтению и посещению областного музея, а потом ему станет скучно.

И направит он стопы в сторону подруги, более интеллектуально продвинутой.

Глупый мальчик стремится к умной девочке по причине той же. Кому хочется дружить с недотепой? Никому. Некоторым мальчикам даже нравится, чтобы девочка была умненькая. Приятно похвастаться перед друзьями. Сказать, этак, небрежно: «А моя-то дура опять первое место на олимпиаде по физике заняла…» На сверстников это производит убойное впечатление. Троечник, в подругах у которого известная школьная отличница, вроде как и не троечник вовсе, а даже и неформал. Загадочный такой, Мистер Ха… Для него, типа, учеба не главное.

Здесь, безусловно, следует оговориться. Ум и успехи в учебе – далеко не одно и то же. Примеров тому тьма. И отличница – это

не показатель развитости серого вещества, это просто уровень в школьной иерархии. Усердие плюс стечение обстоятельств.

Впрочем, долгоиграющие отношения в условиях мозгового мезальянса выстроить достаточно сложно. Причем, если мальчик значительно превосходит девочку, ситуация еще терпимая. Если же наоборот…

Если же наоборот, получается сплошное безобразие.

Пример

Дюшкина подружка была девушкой серьезной, сам Дюшка – раздолбай и байкер. Если уж говорить по правде, то он был далеко не глуп, может быть, даже умнее своей подружки. Но раздолбай и байкер выглядит всегда слегка того. Дурачком патлатым. Особенно если рядом серьезная девушка, у которой мама работает в отделении сбербанка, да и сама эта девушка намеревается двинуть по экономической линии. Зато-ть любовь была – ого-го, до могильных червей. Дюшка катал невесту по городу на своем мотоцикле и пытался интересоваться экономической теорией. Красавица стала слушать металлическую музыку, потом в ЗАГС, опять же, двинули…

Через полтора года развелись. Дюшка объяснил это тем, что семейная жизнь – это не для его свободолюбивой байкерской натуры, а потом он очень не любит, когда с ним обращаются как с дураком.

А кто любит?

К сожалению, частенько девочка использует свое превосходство (умственное, физическое), скажем так, не по назначению. Это часто можно видеть в начальных классах – некоторые девочки в это время растут гораздо быстрее мальчиков, они и тяжелее и сильнее мальчишеской мелюзги и всячески эту мелюзгу стараются прижать. Другие девочки, которые поумнее и учатся получше, давят интеллектом.

И тут уж ничего, видимо, поделать нельзя.

Объясню почему. Для мальчика превосходство над девочкой – естественное состояние, он существует с ним с момента прорезывания молочных зубов. Ему никогда и в голову не придет, что девочка может в чем-то его обставить. Конечно, он может отставать от сверстниц по части таблицы умножения или скорости чтения, но это в жизни мальчика вещи абсолютно не

важные. К тому же в катании на велике, в изготовлении самострелов, в компьютерных играх и других жизненно важных занятиях девочкам до мальчиков ой как далеко! Ни о каком равенстве и речи быть не может. И только потом, в школе, в институте, в трудовом коллективе мальчика, подростка, молодого человека начинают ломать и затачивать под статью 19 Конституции Российской Федерации.

Для девочки же превосходство над мальчиком – это предмет гордости и постоянной демонстрации окружающим. Мальчикам такое, само собой, не нравится, об этом уже говорилось. Поэтому дурень либо дотягивается до уровня своей Василисы Премудрой, либо «мы разошлись, как в море корабли».

Что случается чаще.

Совет

Если ты по-настоящему умнее своего парня, ты этого никогда не станешь показывать. Пусть думает, что он самый-самый, в конце концов, это во многом и делает его мальчиком. Вспомни, что на самом деле всеми королями вертели «серые кардиналы» – неприметные личности на втором плане, которые реально и заправляли судьбами мира.

К тому же мальчик, если он не совсем дурак (а совсем дураки встречаются все же редко), когда осознает все преимущества дружбы с такой умной девушкой, начинает их – и девушку и дружбу – ценить особо.

Красота.

Когда мальчик видит красивую девочку…

Не скажу, что сердце останавливается, дыхание перехватывает или еще что-нибудь там такое нервно-паралитическое происходит. С повышением артериального давления, с крапивницей по тушке.

Но когда мальчик видит красивую девочку…

Толстые мальчики начинают втягивать пузо, натужно улыбаться и проклинать бабушкины оладьи. Прыщавые опускают на лоб сальные челки. Беззубые перестают улыбаться, а глупые, чтобы не выглядеть уж совсем глупыми, многозначительно молчат.

Появление красивой девочки производит мощный эффект. Хотя мальчики стараются этого не показывать, но эффект есть.

Это генетика.

Многие скажут, что если умные девочки нравятся не всем мальчикам, то красивые нравятся всем ста процентам.

Нравятся.

Но издалека. Мальчик обязательно обратит на красивую девочку внимание, полюбуется, вздохнет, мысленно представит ее рядом с собой. Но одно дело – полюбоваться, подумать «повезло же кому-нибудь», а другое дело – с такой красавицей дружить.

Пример

Некий молодой поэт фотографировал всех понравившихся ему девушек на камеру мобильника. В метро, в автобусах, в кафе и на улице. Не с какими-нибудь болезненными целями, а так, для себя. Фотографировал и всегда носил образы красавиц с собой. В свободное время любовался «своими девчонками», придумал им имена. Наташа, Анжела, Любовь. По его уверениям, красота вдохновляла его на сочинение новых поэтических шедевров.

Самое интересное – реальные подружки у тонкого ценителя красоты всегда в худшую сторону отличались от прекрасных дам из его коллекции. С трудом влезали в штаны.

Красивая девочка – большие проблемы для мальчика.

Во-первых, красивая девочка всегда очень высоко себя ценит. И у нее частенько завышенные требования к своему избраннику.

Избранник должен соответствовать.

Те же самые велосипед с тридцатью передачами и дисковыми тормозами. Самая мощная видеокарта. Самый большой бицепс. Дедушка-кавалерист.

Профиль Гарри Поттера.

Короче, см. выше.

И если бицепс вдруг начнет опадать, всегда найдется тот, у кого с мышечной массой все в порядке. Поскольку красота – это как свобода – ее нужно постоянно отстаивать от покушений.

И тут появляется, соответственно, во-вторых.

Во-вторых, красивую девочку высоко ценят все остальные мальчики. И найдется немало желающих выдавить тебя с твоего теплого и приятного места. Причем это будут не только желающие ровесники, но и ребята старшего возраста. Не секрет, что школьные красавицы частенько предпочитают дружить с ребятами взрослее их.

Это гораздо выгоднее, чем дружить с сопливым одноклассником.

У ребят постарше больше средств, больше жизненных возможностей, и вообще, они круче. А со сверстниками им неинтересно – не доросли еще, типа.

А если красавицы с одноклассниками и дружат, то частенько держат их на коротком поводке и в строгом ошейнике – мол, дернись, дурачок, – и я сразу уйду к Вове из десятого «В», у него уже мотоцикл.

Поэтому красивая подруга – это борьба. Выбор тех, кому покой только снится, выбор вечных фанатов самосовершенствования.

Как в анекдоте про народы Крайнего Севера – одной палкой опирайся, другой от волков отбивайся.

Только тут придется отбиваться двумя палками.

Пример

Татьяна была самой эффектной девушкой в классе и, наверное, даже во всей школе. Красавица, спортсменка, активистка (КВН, самодеятельность, студия танцев «Молодой Строитель») и даже, как это ни странно, отличница. Светская львица, украшение коллектива.

Слухи о том, что Таня дружит со взрослыми ребятами, делали Татьянин образ загадочным и романтичным. Привлекали мальчиков одного с ней возраста и даже младших. Татьяна этим успешно пользовалась и кавалеров меняла как перчатки.

Она умудрилась поменять сердечного друга прямо во время выпускного вечера, в результате чего имели место драка и нанесение на память легких телесных повреждений. Да и остальные ее кавалеры тоже друг другу крови немало попортили.

Поступив в вуз, Татьяна поведения не сменила, череда дуэлей и выяснений отношений продолжалась еще пять лет. В результате за Татьяной прочно закрепилась слава роковой дамочки. Нормальные ребята стали ее попросту опасаться и знакомиться не спешили.

Татьяна, может быть, и хотела бы завязать спокойные отношения, да не получалось.

Это я к тому, что красота и переборчивость – это не всегда путь к счастью и спокойной жизни.

Стоит помнить, что постоянно быть № 1 – тяжелая работа. И всегда найдется кто-нибудь покруче. Так что девочкам следует помнить, что, вполне может быть, красота и связанные с нею комплексы отпугнут от них не самую худшую часть мальчишеского племени. Парень с головой подумает, поразмыслит и выберет себе что-нибудь попроще. С содержанием.

Хотелось бы закончить с красотой на этой гуманистической ноте, но…

Но все равно. Несмотря на все сложности и трудности, большинству ребят очень нравятся красивые девочки.

Очень.

Мальчиков можно понять.

Умение готовить.

Возьмите французский батон, порежьте наискосок. Намажьте его хорошим холодным маслом. На масло положите пластинку тонко порезанного омуля. Поверх сладкий помидор кружочками, свежий огурец, петрушка, укроп.

Ни один человек не устоит против бутерброда с копченым омулем. Недешево, но бронебойно. Главное, уметь приготовить.

Мальчикам очень, очень, очень приятно, когда их подруги разбираются в кулинарном искусстве. Хотя признаваться в этом немодно, буржуазно как-то… Не продвинуто. Продвинуто жевать бургеры, дуть сиреневую газировку и прокалывать бровь, говорить «оттопыренно». Ну, да ладно.

Кстати, некоторые считают, что, если девочка умна, красива и умеет готовить, это не девушка, это корейская микроволновая печь последнего поколения. (Шутка.) Таких девушек нет в природе. Иногда бывает первое, частенько случается второе. Порой природа выкидывает фортели и объединяет одно с другим. Но чтобы сюда еще и кулинарное искусство примешивалось…

Это мечта поэта. Уже упоминавшаяся Василиса Премудрая, она же Царевна-Лягушка. При которой любой Иван-Дурак быстро превращается в Ивана-Царевича.

Мальчиков, которые не любят поесть, примерно столько, сколько девочек, увлекающихся тяжелой атлетикой. Конечно, путь к сердцу мужчины не лежит целиком через желудок, но маленькая тропинка пролегает все-таки через него.

Хотя считается, что умение готовить – не главное качество в девушке.

Не главное.

Но желательное. Как и наличие элементарных мозгов.

И, как и в случае с мозгами, мальчики, обсуждая своих подружек, любят ввернуть что-нибудь вроде: «Моя вчера такую

пиццу с осьминогами забацала, я три куска сжевал с томатным соком…» И те, чьи подруги в пицце не очень рубят, говорят «Да-а-а…» и завидуют. И пытаются воспитать своих неумелых дурочек.

Вообще раньше во всяких там Смольных институтах благородных девиц, пансионах и других просветительских учреждениях обучали не только французскому языку и бальным танцам, но и умению принять гостей, состряпать фрикасе или фуа-гру какую. Солить грибы и варить стерляжью уху умели все приличные благородные барышни первых фамилий, включая великих княжон дома Романовых.

Совет

На самом деле умение готовить ничуть девушку не унижает. Скорее наоборот. Просто многие девчонки почему-то побаиваются кухни, хотя ничего страшного в ней нет. Впрочем, в самом начале я обещал, что не буду учить милых дам шинковать «оливье». Вот и не буду.

Скажу только, в чем заключается секрет настоящей кулинарии. Надо все брать на глазок. Так делают мужчины. Именно поэтому мужчины – лучшие повара.

Конечно, в условиях нынешнего тотального равноправия и господства фастфуда учиться стряпать захочет далеко не каждая девчонка. Что ж, это ее право.

Только вот неумение готовить женщину не красит. Как не красит мужчину неумение забить гвоздь или наточить ножи.

Кстати, в наши дни научиться стряпать и вообще ничего не стоит – по телику то и дело показывают кулинарные программы на любой вкус.

Ну, да, еще.

Верность.

Еще мальчики ценят верность. Они любят, когда любят только их. Мальчишки – жуткие собственники. Можно простить отсутствие ума. Отсутствие красоты. Даже отсутствие талантов в пирожкопечении.

Отсутствие верности простить очень и очень трудно. Я бы, конечно, сказал, что верность – главное качество, но некоторые мальчики вполне могут считать и по-другому.

Вот, в общем-то, наверное, и все.

Все, что мальчики хотят видеть в девочках. Все, что они в девочках приветствуют. Все, что им нравится. Будь умной,

красивой, верной – и успех тебе обеспечен. А еще: никогда не думай, что стерва – это модно. Доброта украшает любого человека. Только доброта настоящая, а не наигранная. Как и верность. Про остальное не говорю – ум и красоту не наиграешь.

Остальное: какой-нибудь талант, чтобы глаза разного цвета, чтобы поменьше разговаривала, чтобы в теннис умела играть, – это уже нюансы.

Ложка дегтя № 3. Что мальчики не хотят видеть в девочках?

На вопрос, что мальчики не хотят видеть в девочках, ответить достаточно легко. Нехотение – вещь вполне конкретная.

Итак, качества и привычки, которые мальчики переносят с трудом.

Ум. Грубость. Чрезмерно острый язык. Глупость. Мужиковатость. Курение.

Список, как мы видим, приличный. Кроме того, есть еще сугубо физические недостатки и мелкие огрехи, которые тоже мальчиков раздражают. Они не так глобальны, но на нервы действуют. Впрочем, начнем с главного.

Ум.

Любят ли мальчики умных девочек? Спешу ответить с полной долей ответственности.

Не любят.

Это не противоречие, это факт. Факт, что мальчикам одновременно нравятся и не нравятся умные девочки. Поскольку если красота практически однозначно притягивает большинство, то ум уважает далеко не каждый.

Умные девочки отпугивают значительную часть мальчиков. Смотрит мальчик на умную девочку и думает: «Эта чучундра знает, что она умнее меня. И за это меня презирает. И правильно делает». Дальше все в том же духе, дальше комплексы. И мальчики рассуждают здраво – лучше уж комплекс превосходства, чем комплекс неполноценности. Найду себе что-нибудь попроще, как у всех…

Совет

См. выше.

Грубость.

Мальчики не терпят грубых девочек. Грубость, громкий

командный голос, крепкие выражения, резкие движения. Все это мальчиков неслабо напрягает. К тому же кто захочет, чтобы в кафе все на тебя оборачивались и думали: «Ну, чувак, повезло же тебе с этой оторвой…»

Невеста с повадками опытной базарной торговки вряд ли кого вдохновит.

Подружишься с такой особой – и через пару недель начнешь избегать главных улиц, больших скоплений народа и парков, где гуляют молодые мамаши с детьми. А уж домой такую особу и вообще не приведешь – у папы сделается инфаркт, мама скажет: «Я так и знала…» – и побежит за валерьянкой. Дружить с такой девчонкой – все равно что дружить с безбашенным мальчишкой.

Посему грубость – долой.

Нежнее надо быть, нежнее. Особенно с мальчиками.

Мальчики не любят девчонок, **острых на язык.** Вернее, не то чтобы не любят, опасаются. Потому что у некоторых девочек (надо отметить, что и у мальчишек тоже), языковая невоздержанность достигает каких-то неимоверных высот. Они не могут пропустить ни одно событие вокруг себя. Причем комментарии выдают весьма едкие и иногда даже обидные.

Пример

Валерия Кривошлыкова обладала как раз таким редким даром – умела отбрить кого хочешь. Причем так, что во второй раз связываться с ней не хотел никто. Даже бродячие псы ее как-то обходили.

Стороной.

У нее даже кличка была подходящая – Чума. Более злобно-остроумной представительницы прекрасного пола я просто не встречал. Кривошлыкову было лучше не цеплять. Ни в прямом, ни в переносном смысле.

Если ее, к примеру, кто-нибудь задевал сумкой в школьном коридоре, то Кривошлыкова выдавала вслед: «Енотов, ты что вчера на физике в женском туалете делал? Да еще с ложкой…»

Енотов под дружный хохот бежал от Чумы подальше.

А если кто-то пытался Кривошлыковой в чем-то воспротивиться, например, осмеливался не дать списать физику, то на него тут же обрушивалось: «Правильно, Олонец, соблюдай карантин – чесотка запросто через

тетрадь передается. А ты ведь еще не совсем долечился…»

От Олонца шарахались, как от прокаженного.

Бывало, что кто-нибудь из мальчиков не выдерживал этой Ниагары остроумия и собирался Кривошлыкову треснуть.

Для легкого вразумления.

Тогда она выдавала что-нибудь вроде: «Я так и знала, Белоусов, что тебя мама до сих пор в ванной моет. Поэтому ты так ненавидишь женщин…»

И несчастный Белоусов ломался, краснел и уходил в сторону. Ребята смеялись, но осторожно – чтобы не вызвать кривошлыковского гнева, чтобы попасть не кривошлыковский язычок.

Остроумие у Кривошлыковой было каким-то своеобразным боевым искусством, что ли. Чума могла раздавить соперника еще до начала поединка.

Как настоящий самурай.

Кстати, Кривошлыкова, как мне кажется, знала поголовно всех учеников в школе – и это ей тоже помогало с ними расправляться. Во всяком случае, какого-то адекватного сопротивления Кривошлыковой оказать никто не мог. Даже учителя (как бродячие псы прямо) – и те ее как-то побаивались.

Стоит ли говорить, что ни друзей, ни даже подруг у Кривошлыковой не было.

Кажется, после окончания школы Чума подалась на гувернерские курсы.

Мэри Поппинс, до свиданья…

Станет ли мальчик водиться с девицей, которая на банальное чихание тут же громко скажет: «Ты чё, Буратино, лягушками объелся?»

Вряд ли.

Если только он не в состоянии будет немедленно нанести ответный удар: «Я же тебе ничего не говорил, когда ты улиток пережевывала…»

Два сапога – пара.

Если же мальчик излишней неформальностью не отличается, то от Стервеллы Грубиянкиной он будет держаться подальше.

Глупость.

Мальчиков пугает глупость. Не глупость, как отсутствие ума, а глупость как отсутствие мозгов, глупость, как дремучесть,

абсолютная тормознутость и безнадежность.

Пример

В пятницу Куницын был оплеван. В прямом смысле этого слова. Правильнее даже сказать, не оплеван, а осморкан.

Куницын направлялся к своей девушке, следовал вдоль ее дома с вафельным тортом и прикольной открыткой, как вдруг на него обрушилась увесистая жирная сопля. Экологического зеленого отлива.

Сколько Куницын ни бродил под окнами, сколько ни вызывал обидчика на честный бой, тот так и не вышел. И обсморканный Куницын вынужден был продолжить путь к даме своего сердца.

Скорее всего инцидент был банальным стечением обстоятельств. Какой-нибудь старичок сморканул, не глядя в форточку, а Куницын как раз проходил, на счастье, мимо. Но Куницына это так задело, что, придя к своей подружке, он не мог успокоиться больше часа. Ругался, принимал душ, старался даже одежду простирнуть.

Его милая наблюдала за всеми этими процедурами с большим интересом. Его милая была глупа. И раззвонила про сие неприятное происшествие своей подружке. Та своей подружке, ну и пошло-поехало…

Через неделю за Куницыным прочно закрепилось прозвище Сморчок. При всем при этом сам Куницын на сморчка был совсем не похож – высокий, белобрысый, широкоплечий.

Вообще ничто не обходится так дорого, как глупость.

Глупость и жадность – сестры-гробовщицы. Причем обходится дорого как собственная глупость, так и глупость окружающих тебя людей. С глупой девочкой опасно. Куницын из примера с соплей еще легко отделался. Люди попадали с глупыми подружками в гораздо худшие ситуации.

Да и не солидно это – водиться с совсем уж глупой девицей.

Мальчики глупых девиц избегают. Не не умных, а именно глупых. С этим ничего поделать нельзя – инстинкт самосохранения.

Однако, если ты осознаешь, что не так умна, как хотелось

бы, – ты уже на пути к успеху. Настоящий дурак никогда не признается себе в том, что он дурак. Да и вообще расстраиваться по поводу хилой мозговой системы особо не стоит. Особенно девочке. Оглянись – и убедишься, что большинство умных дядек сидят в полной… жимолости. Процветают шустрые, хваткие и без напрягов в башке. Потому что, пока умный будет думать, неумный двести раз сделает.

Ум, как и интеллект, – редкие вещи в нашем мире. Иначе не было бы войн, экономистов и большей половины Интернет-ресурсов.

Совет

Как сказал классик, «не важно быть, важно прослыть». В нашей жизни легко скосить под умного. Дело в том, что есть такая штука, как мудрость. Мудрость и ум – вещи совершенно различные, но если работать под интеллектуалку достаточно сложно (быстро расколют), то изобразить из себя «умудренную жизнью женщину» – раз плюнуть.

Побольше молчи – именно болтовня нагляднее всего демонстрирует недостаток серого вещества.

Презрительно улыбайся. Типа «мне бы ваши проблемы, малыши…»

Будь загадочной. Это достаточно сложно – придется сократить количество подружек. Загадочность – это тайна, а какие там тайны, когда подружки все время ошиваются на твоей кухне и трескают арахис?

Иногда, как бы невзначай, демонстрируй одноклассникам странные для их детского сознания вещи. MP3 с записями венгерской этнической музыки. Книжку аргентинского писателя Борхеса (пошло – но, увы, до сих пор безотказно). Ржавую подкову. Зачем подкову? А фиг его знает зачем, но загадочности прибавит изрядно.

В пятнадцать лет разницу между умом и мудростью почти никто не различает. И ты сможешь легко прослыть особой умной.

Ну а то, что учишься плохо…

А зачем умным вообще учиться?

Побольше туману – и народ к тебе потянется.

Да, глупых девочек мальчики не уважают. Но это не повод

ставить на себе крест.

Излишняя ***мужиковатость.*** Не мужеподобность, а именно мужиковатость. Это весьма серьезный недостаток. Мальчикам не очень хочется общаться с девочками, которые здорово смахивают на мальчиков.

Итак, мужиковатость. Бывают странные вещи. Некоторые девочки внешне довольно похожи на мальчиков – нескладная фигура, грубоватые черты лица, низкий голос. Но при этом, несмотря на все эти особенности, эти девочки выглядят и ведут себя удивительно женственно. И в друзьях-кавалерах у них недостатка не наблюдается.

Другие же, обладающие, казалось бы, всеми внешними характеристиками записных красавиц, умудряются вести себя как-то абсолютно бесполо. Отчего у мальчиков и создается ощущение, что в тело красивой девчонки запихали каким-то образом скучного парня. Мальчики чувствуют это несоответствие, заводить знакомств не спешат.

Такие девочки, кстати, даже ходить умудряются по-мальчишечьи, как будто рюкзак на них нагрузили.

И здесь не идет речь о так называемых мальчишницах (о них подробнее ниже) – девчонках, которые предпочитают водиться с мальчишками, но при этом все-таки осознают себя девочками. С этими подругами мальчики рано или поздно общий язык все-таки находят, да и сами мальчишницы перерастают эти свои увлечения. А вот с мужиковатыми красотками дружат ребята редко.

Редко-редко.

Ну, а теперь о ***мальчишницах.***

Пример

Расскажу очередной случай, свидетелем которого я являлся. Вернее, даже не случай, а просто подслушанная мальчишеская беседа. Как это водится, мальчики (лет двенадцать) обсуждали девочек. Примерно так:

– Как тебе Ленка? – спрашивал один.

– Нормально, – ответил другой.

– А как тебе Катька?

– Ничего.

Перечисление продолжалось довольно долго, ребята, наверное, перебрали не только девчонок своего класса,

но и половину девчонок всей школьной параллели. Ничего интересного, кажется. И вопрос под конец был задан тоже довольно стандартный:

– А как тебе Светка?

Но ответ вот прозвучал вполне примечательный.

– Свой парень.

Есть такая категория девочек, которых можно легко назвать «своим парнем». Мальчишницы. Девочки, которые предпочитают дружить с мальчиками. Играют в футбол, гоняют на мотоциклах. С девчонками им неинтересно. С ребятами наоборот.

Пожалуй, до определенного момента некоторым девочкам нравится быть «своими парнями». Выступать, так сказать, с мальчиками на равных. Это льстит. Но потом ярлык «своего парня» начинает тяготить – и большинство девочек изо всех сил старается от него избавиться.

И не случайно.

Дело в том, что мальчишницы – это тоже девчонки. И им хочется всего того, чего хочется всем остальным. А рассчитывать на какие-то романтические отношения мальчишницам проблематично. И не следует винить в этом мальчиков. Ну какой нормальный мальчик пойдет, допустим, в кино с лучшим другом, взявшись за руки?

Правильно, никакой.

Поэтому мальчишниц так или иначе приходится заносить в реестр тех девочек, которые мальчикам не нравятся.

Или нравятся, но по-своему.

Что дальше?

Что мальчикам не нравится в девочках, так сказать, с внешней стороны вопроса. Привычки, повадки, разные мелочи, на которые, может, девочки и внимания не обращают. Ну, и особенности внешности, само собой разумеется. Классифицировать не буду, свалю в кучу…

Чуть не забыл! Чуть не забыл упомянуть **курение.**

Курение.

Курение – это не только рак легких, рак легких в сладкие четырнадцать лет никого не пугает. Курение – это густая тяжелая слюна, вонючие пальцы, коричневые пятна на губах.

Кому нравятся пятна на губах?

Курящих девочек сейчас, пожалуй, даже больше, чем курящих мальчиков. А все от нее – от эмансипации. Курить – это значит быть независимой. От родителей, от стереотипов, от авторитетов. От мужиков.

Курить – это значит быть взрослой.

Как правило, мальчики ничего против курящих девочек не имеют.

До тех пор, пока эти курящие девушки сами по себе. Когда такая девушка становится близкой подругой, ситуация меняется. Какое-то время мальчик терпит, но потом начинает потихоньку перевоспитывать. Отучать, так сказать, от вредных привычек. Отсюда конфликты, скандалы и т. д. и т. п. И в конце концов разрыв.

Потому что так или иначе любой, даже самый продвинутый мальчик, не хочет видеть свою подругу с сигареткой. Он может говорить что угодно. Что ему по барабану, что ему плевать, что ему даже нравится.

Это не так.

Это вранье.

Поскольку любой мальчик – консерватор, я уже это говорил. И в глубине души он хочет, чтобы девчонка сидела дома, воспитывала детей и пекла пирожки. Никотин в этих фантазиях вряд ли присутствует.

Кстати, несмотря на всю уравнительную риторику, сами девушки (видимо, на подсознательно-генетическом уровне) не хотят, чтобы их видели курящими. Это так. Достаточно посмотреть на то, как они это делают.

Девчонки никогда не курят открыто. Все время с какой-то оглядкой да с озиркой, будто снайперов опасаются…

Настоящую курилку, которая бы шла по улице, сжимая зубами сигаретину и выпуская клубы сизого дыма, можно встретить достаточно редко. Особенно в столь юном возрасте. После тридцати пяти остатки стеснения растрачиваются, и дамы начинают смолить напропалую и даже с каким-то дерзким вызовом, а вот до тридцати…

До тридцати девушки шифруются по подъездам, прячутся за углами, бродят по скверам и детским садам, а когда курят, то прячут сигарету чуть ли не в кулак. Затягиваются с удовольствием, но быстро.

Почему так?

Потому что девушки стесняются. Им стыдно за то, что они курят. Курить должны мальчики. Но поскольку девочки постепенно сравниваются с мальчиками во всем, они сравниваются и в этом. В конце концов, если девушки уже служат в армии, то почему бы им не курить?

Переубеждать не буду.

Скажу еще только, что от курения очень быстро желтеют и разрушаются зубы. Конечно, если есть пара штук баксов на

имплантанты – то проблем нет. Однако если папа слесарь, а мама работник коммунального хозяйства, стоит задуматься.

Да и уже упоминавшиеся вонючие пальцы мало кого красят.

О ***пьянке*** говорить даже и не буду. Любительницы пива в планы нормальных ребят никогда вообще не входят. Если уж очинь хочицца – то не стоит это делать при мальчиках.

Пьяная девочка во много раз отвратительнее пьяного мальчика. Сначала хихикает, потом залезает на памятник Пушкина и кидается мелочью в прохожих, затем ей становится плохо…

Мрачное дело, короче.

Ну вот, о главных недостатках вроде бы все. Теперь о недостатках второстепенных, но тоже очень для мальчиков чувствительных.

Для начала о самом, так сказать, наболевшем.

Вещь, которая меня поражала и поражает. И не только меня. Многие мальчики отмечают довольно странную девчоночью черту. Некоторые (а иногда мне кажется, что почти все) девочки, не обладающие, мягко говоря, стандартной фигурой, очень любят наряжаться в джинсы.

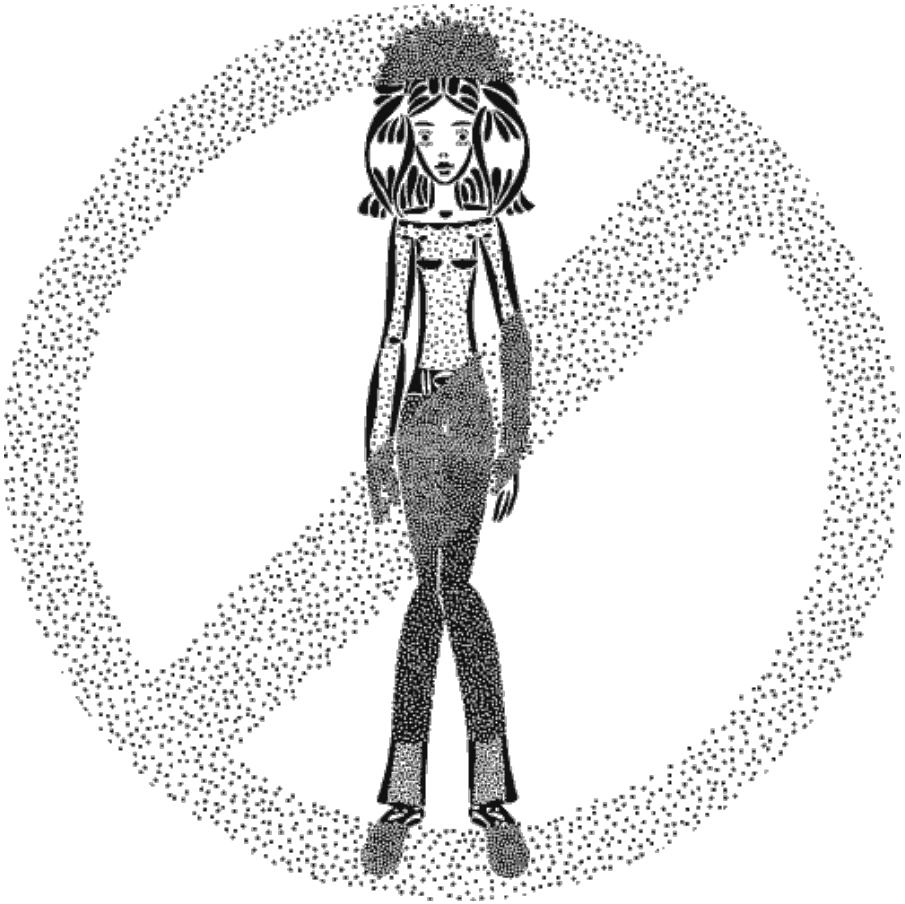
А джинсы – это одежда, которая прекрасно выделяет достоинства и не менее прекрасно высвечивает недостатки.

Понятно, что девочки стремятся вопреки всему выглядеть красиво, но это стремление все-таки не должно выходить за рамки здравого смысла.

Существует два основных недостатка, которые выделяют мальчики и которые мальчикам (опять же, большинству) не нравятся.

Недостаток первый.

Иксобразность.



Иксобразность и все ее разновидности.

Иксобразность – это не просто кривые ноги, это еще и ноги, расположенные под углом друг к другу. Когда девочка находится в состоянии покоя, это не так заметно. Но когда такая девочка идет по улочке, отчаянно загребая своими спичками, мальчики смеются и говорят друг другу:

– Смотри, как мурена иксует.

Иксует. Неприятное словечко, но очень точное.

Простой совет

Покупая джинсы, попроси подружку оценить, как они будут выглядеть с тылу, причем не в статичном положении, а, так сказать, в рабочем. Понятно, что если нельзя, но очень хочется, то можно. Но милые девочки, зачем добровольно превращать себя в посмешище?

Одежда-то должна украшать…

Недостаток второй.

Еще более пронзительный, чем первый. Хотелось бы обозначить его какими-нибудь эвфемизмами и иносказаниями, но напишу как есть.

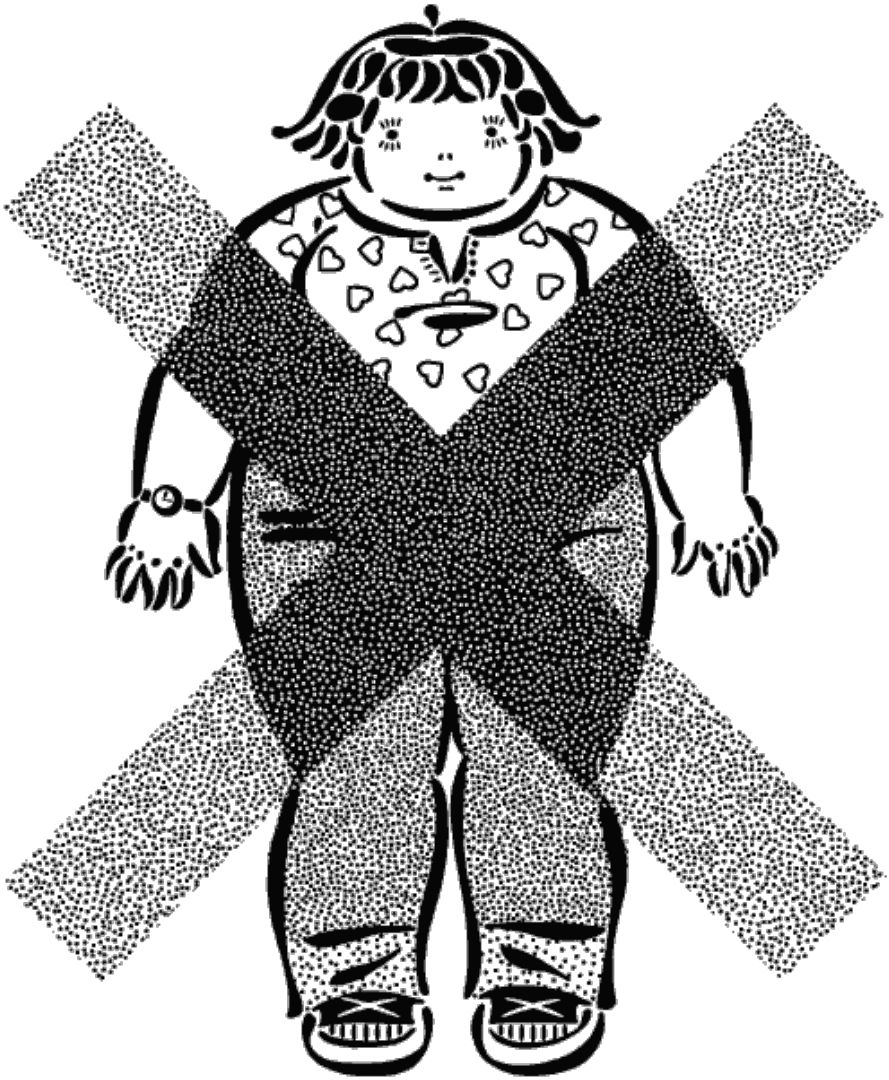
Задница, как дом.

Мне кажется, мало кто будет оспаривать тот факт, что полным людям идет далеко не вся одежда. Есть некоторые истины, с которыми вообще лучше не спорить.

Волга впадает в Каспийское море.

Шахматы – игра для интеллектуалов.

Джинсы – одежда для худых.



Но огромное количество девушек разного возраста (от двенадцати до сорока восьми включительно) впихивают себя в узенькие штанишки. Не знаю, какими усилиями, но впихивают.

Смотреть на это еще смешнее, чем на девочку с иксобразностью. Если иксоватую красавицу почему-то всегда жалко, то в чрезмерно мясистую часть красавицы упитанной хочется стрельнуть из рогатки. После чего возопить: «За что? За что ты подвергаешь глаза мои такой пытке?!»

На самом деле мне всегда хочется спросить другое. Неужели сами девушки не понимают, что выглядят, мягко говоря, не совсем красиво?

Ответить на этот вопрос не могу. Но кое-какие идеи есть. Мама сотню раз говорила – не облизывай на морозе лыжную палку! И я все равно упрямо ее лизал. Я знал, что это делать нельзя, но делал. Видимо, так и девушки. Знают, что выглядят некрасиво, но все равно влезают в джинсы.

На Сейшельских островах считается, что чем женщина мясистее, тем лучше. Мечта коренного сейшельца – белая девушка в 200 кг. Но мы-то не на Сейшелах все-таки…

Идем дальше.

Кремы и духи.

Не могу не сказать еще об одной вещи, которая частенько

раздражает мальчиков. Представьте ситуацию. Собирается веселая компания. Восьмое марта, День святого Валентина, вечеринка, ну, мало ли что. Само собой, готовится некое угощение. Бутерброды с колбасой и паштетом, фрукты красиво нарезаются, печенье в тарелки выкладывается. Наступает урочный час, голодные мальчики (почти все мальчики изрядные обжоры) устремляются к угощенью, расталкивают друг друга, хватая канапе…

И вот горькое разочарованье. Все бутеры и пряники оказываются пропитанными пахучим лавандовым кремом. Или не менее пахучими цветочными духами. Поскольку красавицы, которые эти бутерброды готовили, позабыли помыть перед приготовлением руки.

Милые дамы, поверьте, это очень и очень бесит.

Пример

> Но так же, как раздражает девочек мальчишечья привычка плевать на землю. Если бы подобные вещи случались редко, то на них вполне можно было бы внимания и не обратить. Но и я, и многие другие отмечали обычность подобной ситуации.

Дальше.

Хихиканье в спину.

Мальчики не хихикают в спину, они ржут в глаза, это тоже тупо. Но мы говорим не о мальчиках.

Ситуация стандартная.

Идешь ты по школьному коридору, никого не трогаешь, впереди девчоночья компания. Стоят, болтают о чем-то, настроение хорошее, сразу видно. Когда приближаешься к компании метров на пять, красавицы замолкают. Тебе становится как-то неловко, что ли…

Ты шагаешь в полной тишине. Они молчат.

Ты проходишь мимо. Они молчат.

Все, красавицы преодолены, неужели…

Нет, чуда не произошло. За спиной вспыхивает тупой, озорной, жизнерадостный смех.

Начинаешь оглядываться. Не белая ли спина, не прицепили ли товарищи к спине какую-нибудь гадость… Что вызывает новый взрыв ликующего хохота.

Вообще, создается впечатление, поговорка «одна голова

хорошо, две лучше» в отношении девочек действует как-то обратно пропорционально. Есть две нормальные вменяемые девчонки, с которыми общаться одно удовольствие, но стоит им объединиться, как начинается.

Шушуканье, переглядывания, хихиканья. Обсуждение всех проходящих мимо.

Мальчик, которому смеются в спину, испытывает одно острое чувство. Ему хочется развернуться, взять красавиц за патлы и таскать минут пять. Для вразумления.

Не стоит себя так вести. И глупо и некрасиво.

Хотя, может, это своеобразная девчоночья месть. Что уж говорить, мальчики тоже в компании ведут себя далеко не лучшим образом. Тоже тупо себя ведут.

Приложение к приложению, или Немного о мифологии

Существует расхожее мнение.

Что будто бы девочка, когда выбирает себе спутника жизни, выбирает копию своего отца.

Что, соответственно, мальчик, опять же выбирая спутницу жизни, выбирает себе маму.

Красивое вранье, не более того. Вряд ли кому хочется всю жизнь провести под боком со своим папашей или мамашей. Удовольствие сомнительное.

Вообще мир полон красивого вранья, это должны понимать все, в том числе и девочки. Посему хотелось бы сказать пару слов о мифах, которые усиленно внедряются в девчоночьи мозги. Не то чтобы эти мифы были вредны, но ведь, с другой стороны, и от тараканов вреда не много, а все ж таки неприятно.

Особенно когда ночью на лицо падают.

Миф № 1. Волосы

Больше всего меня раздражает волосатая реклама. Ее много, она разнообразна, но общую суть можно легко свести к следующему.

Красивая девушка страдает. Страдает волосами. С волосами нелады. То волосы слишком жирные, то волосы слишком вялые, то мертвые волосы, то еще что-то. Парни на нее и не смотрят, а смотрят на тех красавиц, у кого с волосами все в порядке. И вот некая Сила рекомендует проблемноволосой красавице чудо-средство. Красавица, конечно, быстренько в ванную и как давай с видимым удовольствием свои волосы мыть. И уже через две недели эти волосы становятся такими термоядерными, что мужчины разных возрастов просто сыплются вокруг мелким гравием.

А если привязать волосы к косяку и как следует дернуть, то ни один косяк не устоит, волосы его переборют.

Красиво.

Волосато.

Специально употребил слово «волосы» кучу раз. Чтобы неприятно стало.

Чем мне такая реклама не нравится? Даже не уничтожением полезных хозяйственных построек, бог с ними, с постройками.

Она мне не нравится тотальной антимужской направленностью. Реклама женских шампуней унижает мужчин, как их вообще мало что унижает. Эта реклама изображает мужчин какими-то абсолютными кретинами и даунами. Достаточно хлестануть его по морде своим свежевымытым хвостом, и он уже, бедняга, чуть ли не сознание теряет!

Хуже этого вранья только вранье о том, что инопланетяне не приземлялись в 1956 году в районе Розуэлла, что это был, типа, метеозонд…

То, что привлекательность девочки зависит от красоты волос, – это АБСОЛЮТНАЯ СКАЗКА!!!

Эта сказка культивируется странными мужчинками, называющими себя стилистами-визажистами, обитающими в салонах красоты и берущими за стрижку по сотне баксов.

Эта сказка культивируется маркетологами косметических компаний, зарплата которых напрямую зависит от объемов продаж чудо-молочка и мегабальзама.

Эта сказка культивируется самими женщинами, которые почему-то считают волосы одним из своих главных украшений.

Теперь открою тайну.

Мальчики практически не обращают внимания на волосы.

Хотя нет, пожалуй, обращают. Но только на ДВА их параметра.

Во-первых, на ЦВЕТ.

Во-вторых, на ДЛИНУ.

И все.

Что касается ЦВЕТА. Тут все традиционно. Некоторым нравятся брюнетки, некоторым блондинки, третьим рыженькие. Если космы синие-зеленые-красные – это все равно рыженькие.

Что касается ДЛИНЫ. Тут тоже все традиционно. Некоторым нравятся длинные волосы, некоторым короткие, третьим вообще косички.

И все.

ВСЕ.

Причем ДЛИНА уже не играет принципиальной роли, это так, тринадцатый номер.

А сильные волосы, слабые, тонкие, секущиеся, выпадающие, жирные, худые – на это мальчикам вообще глубоко плевать. Ни один нормальный парень не отличит мытых волос от волос немытых. Ну, за исключением крайних случаев, когда в районе правого уха сплели гнездо полевые мыши, а в районе левого бренчат жизнерадостные сосульки.

Первым делом мальчик смотрит на фигуру. Вторым делом он интересуется, условно говоря, душой. Волосы я даже не знаю на

каком месте…

И даже если ты соорудишь на голове сплошные сногсшибательные вавилоны за двести баксов, но при этом при росте в сто шестьдесят сантиметров будешь весить семьдесят килограммов, на какой-то успех рассчитывать вряд ли стоит. И если ты любишь ухаживать за своей гривой, расчесывать ее, заплетать-расплетать, ну и т. д., знай – все это ты делаешь прежде всего для себя.

А если уж совсем по-честному, то для своих подружек. Чтобы какая-нибудь Света Чернобров вдруг не сказала:

– Прическа у нее, как у выхухоли. Девятнадцатый век, село…

Но Света все равно скажет. И несчастная девочка побежит делать себе новую прическу. Затрачивая время, деньги и нервы.

Кстати, проблему прически можно решить довольно просто. Взять да и выучиться на домашнего парикмахера, это недолго.

Так что, девочки, наплюйте вы по большому счету на свои кудри, мальчиков они интересуют мало.

Миф № 2. Косметика

Принято считать, что косметика как-то привлекает мужской пол.

Наверное, наверное…

Птички с яркими перышками тоже собирают гораздо больше самцов. Но мы все-таки живем в животном мире весьма и весьма отчасти. И боевые раскраски медленно, но верно уходят в прошлое. Это хорошо. Потому что мальчикам не нравятся перекрашенные девочки.

Издали это еще как-то ничего, вблизи выглядит зачастую ужасно.

Помада коварно расплывается за контуры губ, чуть ли не на щеки. На ресницах колыхаются подозрительные черно-синие комки, напоминающие остатки трапезы жуков-короедов. Со скул мелко отслаивается пудра (которая, кстати, и называется штукатуркой). В районе шеи мерцают блестки, бывшие популярными в штате Иллинойс, в год, когда завалили президента Кеннеди.

Смотришь на это торжество китайской лакокрасочной промышленности, и невольные мысли закрадываются. А что там, подо всем этим? Может, ничего и нет вовсе… Иль может они-с, прыщи?

О помаде хочется сказать еще раз. Отдельно. К счастью, в последнее время ситуация с помадой стала как-то выравниваться.

И на улице все меньше девушек, попавших на среднерусские просторы прямиком с мексиканского карнавала.

Но совсем они еще не исчезли.

А жаль. Не знаю как у кого, а у меня оставленные на чашках и стаканах размытые отпечатки губ вызывают лишь чувство легкого отвращения. Не говоря уж о милом обычае торжественных поцелуев в щечку, после которых коварные отпечатки с лица надо отмывать чуть ли не с уайтспиритом.

И вообще. Если бы хоть один мальчик увидел, с каким отвращением сами женщины уничтожают следы помады перед сном, он навсегда записался бы в ряды ценителей естественности.

Конечно, приличные сорта помады вроде как не оставляют малоаппетитных следов на посуде и пряниках. Однако и стоят это сорта столько, что степень их доступности для средних представительниц прекрасного пола близка к нулю. Особенно в двенадцать лет.

Помада сиреневая наводит на мысли о зловещих мертвецах и пирожковой «Приют сатаниста».

Помада алая вызывает устойчивые вампирско-донорные ассоциации.

Помада коричневая (есть ведь такая!) вызывает глубинный протест в каждом вменяемом человеке.

Про уже упоминавшиеся блестки я и не говорю даже.

Вообще хороший макияж требует времени, умения и вкуса. Даже человеку далекому от этих украшательских премудростей ясно, что просто так, усевшись у зеркала после завтрака, его не наложишь. Вернее, наложишь, но не макияж, а кое-что другое.

Тогда зачем огород городить? Люди, побывавшие в проклятом буржуинстве, дружно утверждают, что женщины там почти не красятся. Ну, разве что на какое-либо торжественное мероприятие – свадьба-развод, похороны любимого спаниеля.

У нас нет. У нас мажутся повсеместно.

Получается, что мы опять позади планеты всей. Красимся, разрисовываемся, истощаем родительские бюджеты. Отчего так?

Оттого, что в косметической отрасли вертятся примерно такие же бабки, как в отрасли космической. И до тех пор, пока эти бабки будут вертеться, с экранов телевизоров и со страниц глянцевых гламурных журналов вам, девчонки, будут впаривать патентованные средства для разных видов кожи, губную помаду трехсот сорока восьми оттенков и круто увеличивающую объем ресниц тушь.

Кушайте на здоровье.

К счастью, постепенно у нашего женского (и мужского) населения начинает вырабатываться вкус. И малеваться в

последнее время стали меньше.

Духи.

Не могу сказать, что на духи мальчики совсем внимания не обращают. Обращают.

Тонкие странные ароматы, исходящие от некоторых особ, будят у мальчиков воображение, подвигают на сочинение стихов и даже баллад, исполняемых под загадочную музыку лютни…

Но такие ароматы влетают в обонятельные рецепторы довольно редко. Обычно влетает что-то другое.

Бананово-арктически-ацетоновый аромат.

Если капля его попадет неразбавленно в мозг, тот взорвется и вылетит через уши. Идет по улице девица-красавица, а за ней тянется нервно-паралитическая волна. Такой паук Черная Вдова обездвиживает перед пожиранием самцов собственного же вида. Но девушка вроде как девушка, восьми глаз не наблюдается. И неясно: зачем такая ароматическая активность? То ли чтобы комаров отпугивать, то ли чтобы все-таки запах пота отшибить.

А если тебя угораздило попасть с такой особой в лифт… Хочется высочиться через вентиляционный люк. Меры в применении духов наши прекрасные соотечественницы (соотечественники тоже, сразу оговариваюсь) не знают. Нет ее, этой меры.

Впрочем, видимо, тут девушки не очень виноваты. Хорошие духи стоят опять же о-го-го сколько баксов, а плохие… Плохие мы нюхаем в лифтах и автобусах.

Впрочем, в последнее время у духов появился серьезный конкурент в виде так называемых антиперспирантов. То есть средств для борьбы с потом. Кажется мне, что большая часть слезоточивых ароматов как раз относится уже и не к духам, а именно к этим самым антиперспирантам.

Больно уж приторные.

Хотя антиперспиранты – это, конечно, штука хорошая. И полезная. Но это если их наносить на тщательно помытую тушку. Ежели же наносить их на тушку тщательно помытую четыре дня назад, то получается не борьба с потом и его нехорошим запахом. Получается газовая атака войск кайзера Вильгельма II при г. Ипре. Я понимаю, житуха пошла сложная. Некоторые обитают в общагах, там душ по расписанию раз в три дня. Это понятно. Но почему благоухают домашние девочки, этого я понять не могу никак.

Не проще ли раз в день, пардон, мыться?

Или, может, это позиция?

Ладно-ладно, молчу, молчу…

Ну вот. Я тут прошелся по пахучим девочкам. Это не значит, что мальчики все такие чистые-душистые, с ароматом свежекошенного луга. Отнюдь. Мальчики тоже благоухают как лоси. Как бизоны горячих индейских прерий.

Но сейчас мы говорим о девочках.

Поэтому получите-с!

Миф № 3. Шмотки

Одежда.

Прикид.

Девочки любят красиво одеваться. Это часть стремления выглядеть хорошо. Это нормально. Хотя в той же природе часто наблюдается и обратное – самцы зачастую выглядят гораздо эффектнее самок. Павлины, львы, фазаны и т. д. и т. п. Именно они привлекают подружек гривами, роскошными хвостами и длинными плавниками. Но мы не в природе, у нас, к счастью, все по-другому и большинство мальчиков относятся к одежде достаточно равнодушно.

Девочки – другое дело. Будучи в свое время студентом, наблюдал душераздирающие картины. Как несчастные девочки весь месяц питались БП (так называемые бич-пакеты), чтобы в конце этого месяца на рынке приобрести поддельную футболку одной всемирно известной фирмы. Дилеммы между гастритом и новыми джинсовыми штанами для девушки не существует. Здоровье всегда приносится в жертву красоте, так уже издревле повелось. Достаточно вспомнить красавиц времен Натальи Гончаровой. Для того чтобы иметь осиную талию (эталон – чтобы можно было обхватить ладонями), девушек затягивали в корсеты с помощью систем специальных рычагов и лебедок.

В других местностях красоте приносились еще более пронзительные жертвы. В Китае девочкам спеленывали ноги – для придания стопе миниатюрного размера. В Южной Америке помещали череп в специальные колодки – для сообщения голове благородной яйцеобразности. Где-то в Африке, кажется, надевали на шею спецкольца – в результате чего оная часть женского тела удлинялась чуть ли не на полметра.

А ради чего, собственно, такие жертвы? На сей вопрос есть три ответа.

1. Для того, чтобы нравиться себе.
2. Для того, чтобы Света Чернобров ничего не сказала.
3. Для того, чтобы нравиться мальчикам.

У некоторых девочек эти пункты, пожалуй, могут

располагаться в другом порядке, но то, что одним из побудительных мотивов модничанья являются мальчики… Глупо с этим спорить.

Не могу сказать, чтобы мальчики уж совсем не обращали внимания на одежду. Они внимание на нее все-таки обращают. Чем меньше этой одежды, чем она сильней обтягивает корпус, тем больше внимания.

Летом это как-то еще понятно, но когда в десятиградусный мороз по улице идет красавица с голым пупком, в джинсах на бедрах и оранжевом топе, становится страшно за будущее нашей страны. Один доктор заметил, что пристрастие девчонок к летней форме одежды в зимний период с изрядной долей вероятности гарантирует неприятные воспалительные заболевания в будущем. Но в четырнадцать лет голова забита другим. Очень хочется мальчикам понравиться. Впечатление произвести.

Впечатление на мальчика красавицы, безусловно, производят. Что ни говори, приятно увидеть в зимнюю стужу столь смело оголенный животик, особенно если симпатичный. Сразу о лете вспоминаешь, о солнышке и даже о море… Душевно трепещешь, одним словом.

Но стоит ли это трепетание Пети Чердакова проблем со здоровьем в будущем?

Вопрос спорный. Вопрос все той же меры.

Опять же о мере. Нормальный вменяемый мальчик (подписчиков фэшн-журналов и фанатов показов мод из-за их ничтожного количества мы в расчет не берем) никогда не отличит джинсы, купленные в дорогом бутике, от джинсов, приобретенных на ближайшем рынке. Потому что он всегда будет оценивать не джинсы, а ноги. Поэтому погоня за фирмой и красивостями – это не для мальчиков, это опять же для себя.

Для убедительности вот еще что добавлю. НИ РАЗУ не слыхал, чтобы в мальчишеских компаниях обсуждали, как одеваются девочки. В компаниях обсуждают совсем другие параметры.

Миф № 4. Богатый внутренний мир

Это грустный миф. Он упорно взращивался опять же многочисленными книжками и кинофильмами, особенно голливудскими. Я бы обозначил этот миф как миф о красавице и чудовище. Только в обратном варианте.

Со стороны это выглядит примерно так. Живет девочка, не очень красивая внешне, но очень красивая внутренне. Этакая

Золушка. Все ее не любят. В смысле мачехи, учителя, сверстницы-сверстники. Зато очень ее любят животные. Шиншиллы разные, мускусные крысы. Но вот уныло появляется принц, который под толстой коркой золы зрит прекрасную чистую душу, ну и так далее…

Эта сказочка является отличным утешением для тысяч девчонок.

Страдающих ожирением. Страдающих прыщами. Мучающихся заиканием или там другими какими дефектами речи.

Да просто некрасивых.

Спешу разочаровать. В жизни принцев мало. Существует некоторая грань, за которую решится перешагнуть далеко не каждый мальчик. Сходить в кино с пухленькой одноклассницей одно дело, прогуляться по улице со слонихой с соседней парты – совсем другое.

Говоря проще. Есть такие запущенные золушки, на которых ни один принц не посмотрит. Какой бы добрый, душевный и благородный он ни был.

Увы-увы.

Обычно девушки, которые считают, что внутренний мир абсолютно важнее мира, так сказать, внешнего, кучкуются в районе живых уголков и клубов самодеятельных песен. Непонятно почему, но так получается. Значительная часть девчонок, которые увлекаются гитарой, песнями Олега Митяева и сочинением песен собственных, весьма далеки от идеалов красоты. Причем мне кажется, что эту далекость они во многом сознательно культивируют. Курят, матерятся, харкают на пол и ведут себя, как не самые лучшие мальчишки.

В отношениях же с мальчиками придерживаются принципа «Люби меня такой, какая я есть».

Позиция: «люби меня такой, какая я есть» – это позиция эгоистичная и вообще дурацкая. Как и красивый парадокс: «Любят не за что-то, любят вопреки чему-то». Этот парадокс устарел лет сорок назад, приблизительно тогда, когда вышли из моды книжки Эриха Марии Ремарка. В наше время темп жизни ускорился, нагрузка на нервную систему возросла, никто не будет любить тебя вопреки. Ну, может, чуть-чуть полюбит, а потом бросит это дело. Тяжело любить вопреки, много нервной энергии требуется.

К тому же.

Вот представь. Если мальчику предложат выбрать, с кем дружить, с красивой девчонкой, которая здорово печет кексы, или с красивой девчонкой, которая курит…

Он выберет кексы.

Делать же из недостатков достоинства – довольно дешевая

практика. Недостатки, как ты их ни выворачивай, всегда останутся недостатками. Полюби нас черненькими, беленькими нас каждый полюбит…

Беленькими полюбит, черненькими не полюбит.

Жизнь мальчика и без того сложна, зачем ему отягощать ее лишними проблемами?

Даже если ты нравишься мальчику как человек, он двести раз подумает, дружить ли с тобой как с девчонкой.

А поэтому не слушай советов типа «полюби себя такой, какая ты есть…» – это верный путь в компанию вечных неудачников. Так и будешь всю жизнь любить себя толстой и прыщеватой, будешь рассказывать себе утешительные байки про «внутреннюю гармонию и обмен веществ»…

У тебя есть две ноги, две руки и все остальное тоже на месте? Значит, ты ничем не отличаешься от других девчонок! Остальное – детали! Просто надо немного поработать над собой – и все, проблемы уйдут. Люди без ног без рук учатся рисовать, выигрывают Олимпийские игры! Мой любимый пример – известный астрофизик Стивен Хокинг. Чувак всю свою жизнь провел в инвалидном кресле, не может ни ходить, ни даже разговаривать. А пишет книги, путешествует по миру, является самым авторитетным звездочетом наших дней, детей у него куча. Вот как надо!

А ты здоровая девочка и не можешь всего-навсего стать красивой? Чушь!

Приведи свой внутренний мир в соответствие с миром внешним! И будь счастлива! А под лежачий камень ничего не течет!

И не стоит дожидаться, что все образуется «само» и «со временем», ничего само и со временем не образуется. Разве что лишние килограммы. Помоги мальчику сделать выбор, начни работать над собой, и он наверняка через месяцок пригласит тебя в киношку.

А не пригласит – ну и на фиг пошел! Что, на одном дурошлепе свет клином сошелся? Да их еще куча целая будет! Главное – добиться, чтобы ты нравилась себе. Была красива и целеустремленна.

Хватит жалеть себя, пора над собой работать. Удача не любит лодырей. А внутренний мир – он для того и внутренний. И не надо давать острословам повода для шуток, что, мол, типа, форма женщины это и есть ее содержание…

Миф № 5. Ногти

Конечно, мелочь, но очень важная.

Несчастные девчонки уделяют этой детали своего внешнего вида просто катастрофическое внимание. Почему – не ясно, видимо, они до сих пор считают, что роскошные ногти чем-то кого-то привлекают. Ну, или как-то украшают самих девочек, что ли… И ради этого сомнительного украшения девочки идут на большие человеческие жертвы. Один маникюр чего стоит! Однажды я стал свидетелем сей процедуры и до сих пор вздрагиваю во сне. Форменная камера пыток. Кровавая баня в доме смерти. Конкурс «Мисс кулинарный техникум».

Хотя самим девочкам, несмотря на всю болезненность процедуры, маникюр нравится. И с ногтями возиться нравится.

Каких только ногтей не встретишь!

Черные, синие, белые в красную крапинку, наоборот, мухоморные, оранжевые, с портретом Димы Билана, без портрета Димы Билана, с текстом песен группы «Фактор» на каждом ноготке… Много встретишь народного творчества, достаточно только приглядеться. Я думаю, что рано или поздно возникнет мода (если уже не возникла) ходить вообще без ногтей, то есть с вырванными. А почему бы, собственно говоря, и нет?

С формой много не поэкспериментируешь. Или короткие. Или длинные.

Ногти длинные. В виде лопатки, закругленные, острые, особо острые…

Так вот, вопреки заблуждению (опять же навязываемому СМИ и веселыми журналами), мальчикам не нравятся красавицы с длинными ногтями. Наоборот даже.

Лично у меня такие ногти вызывают болезненные чувства. Мне все время представляется, как эти ногти застревают в какой-нибудь двери и с мясом выворачиваются, с треском ломаются, брызжет кровь…

Впрочем, возможно, что это исключительно авторские фобии…

Кстати, нелюбовь к ногтям можно легко объяснить и чисто физиологическими причинами. Мальчики, у которых есть сестренки-царапки, прекрасно это знают. Помимо того, что такие царапины очень болезненны, они еще очень долго заживают. Поскольку под ногтями очень много микробов и все они далеко не безвредны.

Мальчикам не нравятся и девчонки с ярко накрашенными ногтями. Сразу возникают ассоциации с приснопамятным гражданином Дракулой. Мальчик видит не девочку, а ее когти, видит, как они втыкаются в скупую мальчишескую плоть, разрывают ее… ужасть сплошная, короче.

Посему юная Вампирелла с полуметровыми когтями может не особо удивляться, когда от нее будут шарахаться потенциальные поклонники или мелкие домашние животные. Я, например, когда вижу подобную особу, сразу начинаю прикидывать, сколько фунтов грязи (или триллионов микробов) легко уместится под ее палечными украшениями. Думаю, что многие мальчики тоже.

Короткие, чистые, без заусениц – вот и все. И не надо впадать в излишний сюрреализм.

Впрочем, это опять же мальчиковый взгляд. Девочкам, конечно же, видней. В конце концов, если уж так хочется, то почему бы и нет? Пусть лучше лепят на ногти всякие камеи, чем курят.

Миф № 6. Загар

Загорать нынче модно.

Типа считается, что это и красиво, и способствует здоровью (с этим может поспорить целая куча докторов разных специализаций, но сейчас речь не об этом). Разберем загар с эстетических, так сказать, точек зрения.

Вроде как считается, что загорелые девочки выглядят привлекательнее незагорелых. Наверное, это действительно так. Не для всех, конечно, но, наверное, все-таки для большинства. Пусть.

Однако нормальный, качественный загар довольно дорогое удовольствие. Для его получения надо ехать на юг, где солнце излучает равномерно и под правильным углом. Поездка же к югу по карману далеко не каждой красавице. Остается солярий. Тоже модная нынче штука. Но требующая терпения и осторожного обращения. Техники безопасности и общей умеренности.

Плоды же всеобщей соляризации мы видим на улицах. Большое количество девушек с каким-то неприятным шоколадно-грязным цветом лица.

Понятно, что леди стараются в зимнюю стужу создать эффект вечного лета, но эффект лета не создается. Создается эффект нефтеперегонного завода. К такой девушке хочется подойти с пропитанной спиртом салфеткой и привести беднягу в божеское состояние.

Одно пока спасает. Солярий, особенно хороший солярий, как и путешествие к югу, тоже не широкодоступное удовольствие. Иначе лет через пять Россия-матушка постепенно превратится в заморское владение Доминиканской Республики.

Да, есть еще спецкремы. Одни увеличивают пигментацию при

пользовании солярием, другие сами представляют собой жидкий загар. Нанес на кожу – и все, два месяца ходишь загорелый. Правда, цвет такой же. Цвет слабого навозного настоя.

Да и вообще. Загар актуален для тетенек постарше. В нежном возрасте гораздо приятнее естественный цвет.

Кстати, летом можно и в средней полосе неплохо подзагореть. Если уж невтерпеж.

Миф № 7. Приручение мужчин

Существует упорное заблуждение, что есть ***способы, с помощью которых можно подружиться с мальчиком***. Типа «Шестнадцать советов, чтобы приручить одинокого волка», «Четыре пути к сердцу мужчины», «Возьми обезьяну за кадык» и т. п. Эти советы печатают в журналах, издают отдельными книжками, озвучивают в широко распространившихся по экранам мужененавистнических передачах.

Даже DVD выходят с практическими советами. «Привяжи парня за пять дней» и все в том же духе.

На самом деле подружиться с мальчиком очень просто. Для этого не надо предпринимать что-то экстраординарное. Достаточно пару раз о чем-нибудь поболтать, элементарно привлечь внимание. И все.

Однако есть одно условие.

Дело в том, что мальчикам, потом мужчинам, нравятся вполне определенные женские типы. Это не банальное разделение на худеньких-пухленьких, блондинок-брюнеток и умных-дурочек, нет, это разделение более глобальное. И критериев тут никаких выдвинуть нельзя, четкие критерии не определяются.

То есть, если уж совсем откровенно говорить, мальчик, когда смотрит на незнакомую девушку, сразу, мгновенно, определяет для себя – может ли у него с ней что-нибудь получиться или нет. Да или нет.

Если мальчик определяет тебя как «да» (пусть ты даже толстая и некрасивая), шансы у тебя есть. Конечно, потом он будет приглядываться к фигуре, характеру и всему остальному, но если «да», то непреодолимых препятствий нет.

Если же мальчик определяет тебя как «нет» (пусть ты хоть трижды раскрасавица), то вряд ли стоит рассчитывать на бурный роман. И подружиться с мальчиком НЕВОЗМОЖНО.

Все старания БЕСПОЛЕЗНЫ.

Совет

Как привлечь внимание мальчика?

Наверняка в предыдущем тексте советов по привлечению внимания много. Посему приведу один, но безотказный.

Любой мальчик, даже если он закоренелый женоненавистник, не откажет девушке в мелкой помощи. Допустим, он хорошо сечет в компьютерах. С глупым и жалким видом попроси его научить тебя пользоваться Интернетом. Он снисходительно поможет, ты будешь ему смертельно благодарна и в следующий раз попросишь его рассказать о базовых принципах видеомонтажа…

Вот и познакомились.

Главное – дать ему почувствовать, насколько он велик и насколько ты беспомощна…

И солдат ребенка не обидит.

Ну вот, кажется, о мифах и все.

Впрочем, ради справедливости стоит сказать, что мифологизации подвержены не только девочки, но и мальчики. Взять, к примеру, такую вещь, как фигура. В смысле, атлетическая фигура. Мальчики пропадают в спортзалах, ворочают железо и носятся резвой рысью вдоль автотрасс. И все с целью привести свои параметры в соответствие с собственными представлениями о мужественности. Для того, чтобы нравиться девочкам.

Однако.

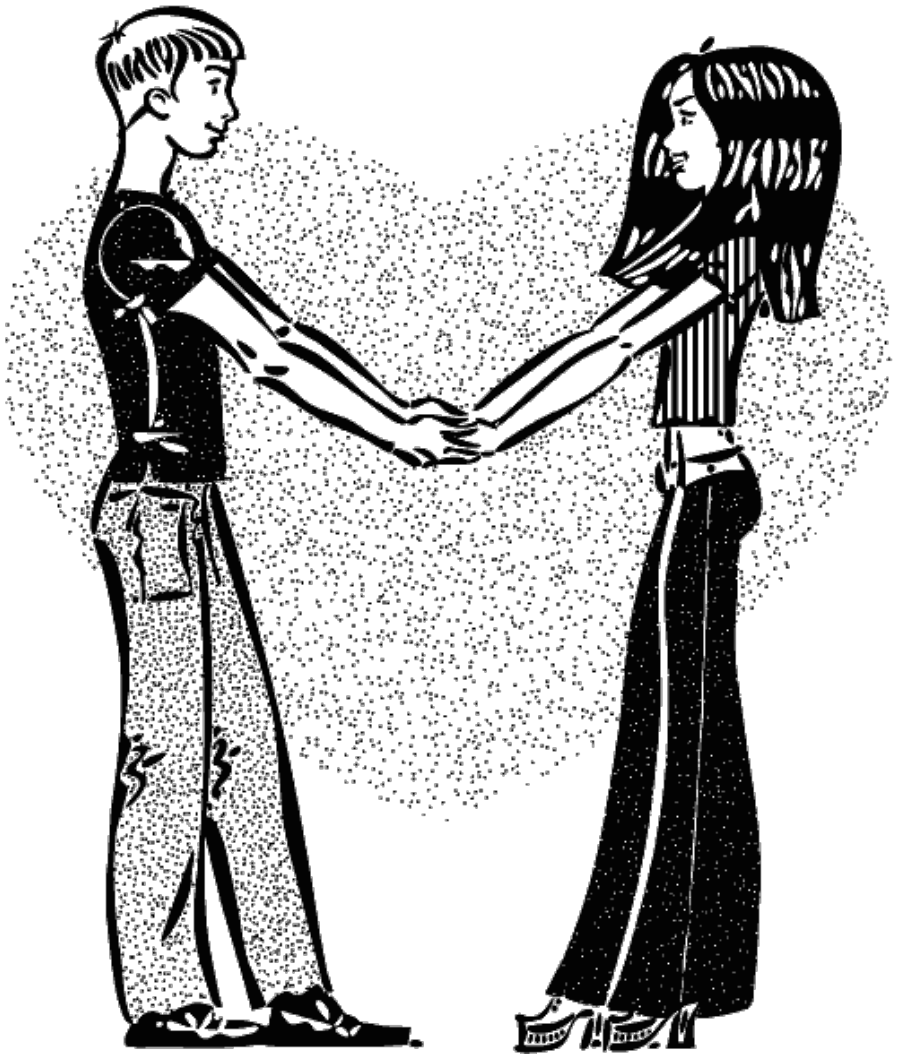
Подавляющее большинство соцопросов, проводимых среди представительниц прекрасного пола, говорят о том, что женщинам в мужчинах нравятся отнюдь не накачанные руки. Не мощные широчайшие мышцы спины или бочкообразные голени. Больше всего внимания женщины и девушки обращают на такую часть мужской фигуры, как ягодицы.

Проще говоря, на задницу.

Вот такое вот жизненное разочарование, вот тебе и миф.

Какой бы нормальный мальчик пошел в спортзал качать задницу?

Да никакой.



Кажется, ничего не забыл. Написал довольно много. И все ради блага горячо любимых девочек, все для того, чтобы им с мальчиками было полегче. Знакомиться, общаться, жить.

Что же касается поборниц равноправия и амазонок охранительного феминизма, воспринимающих призыв научиться печь блины как прямой плевок в лицо мировой женской общественности… Сторонники равноправия и противницы мужского шовинизма могут спать спокойно – скоро последние робкие побеги этих явлений вымерзнут в связи с наступлением ледника всеобщей политкорректности и толерантности, увы.

Да и вообще.

Количество мужчин, особенно в нашей стране, стремительно сокращается. На сегодняшний день соотношение уже далеко не в пользу мужского населения. Природа медленно, но верно

вычеркивает мальчиков из будущего. Дальше будет хуже. Успехи генной инженерии в области клонирования сведут необходимость существования мужчины как биологической единицы к нулю.

Поэтому мальчиков нужно беречь. Ведь скоро их уже совсем не останется.

P.S. Отдельный подарок девочкам от автора книги «Для мальчишек и не только…»

Десять признаков настоящего мужского шовиниста:

1. Мужской шовинист никогда не спорит с женщинами. Это не значит, что он их уважает, это значит, он считает, что спорить с пустым местом – странное занятие.

2. Мужской шовинист не заправляет рубашку в брюки.

3. Мужской шовинист плюет. Не в солипсическом смысле, а в смысле через зубы и на асфальт.

4. В сцене окончательного превращения Энакина Скайуокера в Дарта Вейдера мужской шовинист не льет горючие слезы, а говорит: «Наконец-то этот сопляк стал настоящим чувеллом!».

5. Мужской шовинист не любит танцевать.

6. Любимые поговорки мужского шовиниста: «Курица не птица, женщина не человек», «Отправляешься к женщине – не забудь захватить плетку», «Мурена с прицепа – коняшке облегченье».

7. Мужской шовинист всегда уступает место женщине в общественном транспорте – он всегда уступает место сирым, убогим и инвалидам.

8. Если мужской шовинист наступает женщине на ногу, он не извиняется. Он вообще никогда не извиняется.

9. Единственная профессия, которую уважает мужской шовинист, – это профессия машиниста поездов дальнего следования: женщин среди машинистов до сих пор нет.

10. Настоящий мужской шовинист всегда презирает другого мужского шовиниста.

Список литературы

Если тебе хочется еще что-нибудь почитать на тему человеческих взаимоотношений или о проблемах любви. Если ты считаешь, что энциклопедии тебе мало, чтобы разобраться в себе, можешь посмотреть следующие книжки:

Берн Э. Игры, в которые играют люди. Психология человеческих взаимоотношений; Люди, которые играют в игры. Психология человеческой судьбы: Пер. с англ. – М.: Прогресс, 1988.

Веллер М.И. Любовь зла. – М.: ОЛМА-ПРЕСС, 2000.

Гостюшин А.В. Энциклопедия экстремальных ситуаций. – М.: Зеркало, 1996.

Гришунина Е.В. Психология для девочек, или Секретные дневники. – М., 2000.

Каган В.Е. Воспитателю о сексологии. – М.: Педагогика, 1991.

Карнеги Д. Как завоевывать друзей и оказывать влияние на людей. – М.: Прогресс, 1989.

Карнеги Д. Как выработать уверенность в себе и влиять на людей, выступая публично. Как перестать беспокоиться и начать жить. – М.: Прогресс, 1989.

Кузина Ф.А., Шакова И.В. Сделай себя сама. – М.: Ось-89, 2000.

Моложавенко В.С. Тайна красоты. – М.: Педагогика-Пресс, 1993.

Панкратов В.Н. Психотехнология управления собой (практическое руководство). – М.: ТЦ «Сфера», 1998.

Практическая психология для девочек, или Как относиться к себе и к мальчикам. – М.: АСТ-ПРЕСС, 1999.

Райгородский Д.Я. Практическая психодиагностика: Методика и тесты. Учебное пособие. – Самара: Издательский Дом «БАХРАХ», 1998.

Энциклопедия молодой женщины: Пер. с чешского. – М.: Прогресс, 1989.